

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт психологии
Кафедра психологии образования

**ТЕХНОЛОГИИ РАБОТЫ С СЕМЬЕЙ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

Выпускная квалификационная работа

Направление 44.04.02 - Психолого-педагогическое образование

Направленность - «Психология семьи и семейное консультирование»

ВКР допущена к защите
зав. кафедрой

_____ Н.Н. Васягина

подпись

14 ноября 2018 г.

Руководитель ОПОП:

_____ Н. Н. Васягина

подпись

Исполнитель:

Мокшина Оксана Николаевна
студент группы 1601-z

подпись

Научный руководитель:

Адушкина Ксения Валериевна
Кандидат психологических
наук, доцент

подпись

Екатеринбург 2018

Содержание

Введение	3
1. Психологические технологии: теоретические и практические аспекты	8
1.1. Понятие «технология» в профессиональной деятельности психолога	8
1.2. Виды психологических технологий	10
1.3. Технологии психологического сопровождения семьи в условиях дошкольного образовательного учреждения	16
2. Эмпирическое обоснование создания технологии работы с семьей в условиях работы дошкольного образовательного учреждения	26
2.1. Планирование и подготовка экспериментального исследования	26
2.2. Исследование особенностей родительской компетентности в условиях дошкольного учреждения	27
2.3. Содержание технологии развития психологической компетентности родителей в условиях дошкольного учреждения	42
2.4. Анализ эффективности технологии развития психологической компетентности родителей	47
Заключение	61
Список использованной литературы	64
Приложение	70

Введение

Актуальность исследования. В условиях модернизации образования особое значение приобретает регулирование отношений дошкольной образовательной организации с родителями дошкольников. Экспертиза и отбор новых методов, форм обеспечения высокого уровня взаимодействия образовательной организации с семьей является одной из главных задач системы дошкольного образования.

В основных положениях Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее — ФГОС ДО) отмечается, что основными принципами дошкольного образования являются «содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений», «сотрудничество Организации с семьей», «приобщение детей к социокультурным нормам и традициям семьи, общества и государства». [9]. Государственный заказ на развитие конструктивного взаимодействия семьи и образовательной организации, информирования родителей, должен в достаточной степени реализоваться в теории и практике дошкольного образования, что обеспечит эффективность деятельности родителей как воспитателей, повысит уровень их психолого-педагогических знаний, личностной зрелости и компетентности, будет способствовать успешному освоению дошкольниками общеобразовательной программы детского сада.

Результат воспитания ребенка может быть успешным только при условии, если педагоги и родители станут равноправными партнерами, так как они воспитывают одних и тех же детей. В основу этого союза должно быть положено единство стремлений, взглядов на образовательный процесс, выработанные совместно общие цели и образовательные задачи, а также пути достижения намеченных результатов.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что проблема взаимодействия семьи и дошкольных учреждений широко обсуждается педаго-

гами и психологами. Исследования, проведенные Т. Данилиной, выявили такие проблемы, существующие во взаимодействии ДОО с семьей, как нехватка времени у родителей и нежелание работать в сотрудничестве с педагогами [18]. О.А. Щекина в своем исследовании обозначает проблемы, связанные с различным пониманием особенностей образовательного процесса родителями и педагогами, разными подходами и стилями воспитания в семье и ДОО. [18]. Проблема взаимодействия дошкольного учреждения с семьей обозначены в работах Т.А. Репиной и связаны с несовпадением взаимных ожиданий родителей и педагогов. Для уточнения состояния взаимодействия семьи и дошкольного образовательного учреждения на базе ФМАОУ СОШ - детский сад № 24 «Умка» Серовский городской округ, было проведено анкетирование родителей и педагогов. Большинство опрошенных педагогов и родителей отмечают проблему — занятость родителей, нехватку свободного времени на сотрудничество со детским садом, на полноценное общение с ребенком, а педагоги — нехватку времени на подготовку родительских собраний, других встреч с родителями. Некоторые родители отмечают, что не знают, каким образом могут включаться в совместную деятельность (23%). Следовательно, есть необходимость разработки и использования педагогами способов активного включения родителей в образовательный процесс, для использования воспитательного, творческого, образовательного, интеллектуального потенциала семьи. Таким образом, можно сделать вывод, о необходимости апробирования инновационной системы работы для активного включения родителей в жизнь дошкольных учреждений.

Имеющийся практический опыт использования разнообразных технологий, позволяет по-новому взглянуть на решение проблемы взаимодействия ДОО и семьи в современных условиях. Термин «технология», который сейчас часто используется в самых разных контекстах. Однако для нас это не просто дань моде. Возвращаясь к исходному значению, понятие технологии можно определить как *науку о мастерстве* осуществлять преобразования в заданном пространстве проблем, объектов, знаний или информации (от греч. *techne* —

искусство, мастерство, умение; и ...логия – учение, знание, наука). В сфере психологической практики это означает создание хорошо операционализированных представлений о целевой направленности воздействий, методах и процедурах их реализации, включая организационные аспекты применения и способы получения адекватной обратной связи, интегрированное использование которых обеспечивает успешное разрешение тех или иных проблем человека, личности, межличностных взаимоотношений. В нашем случае – это проблемная область взаимодействия родителей и дошкольных учреждений, в которой наиболее эффективным способом является обучение навыкам эффективного взаимодействия в вопросах воспитания и обучения детей дошкольного возраста.

При анализе работ, посвященных психологическим технологиям работы с семьей (Р.В. Овчарова, А.Я. Варга, О.А. Карабанова, Г.А. Навайтис, А.С. Спиваковская, Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юцтискис и др.).

Исследования семьи в основном посвящены становлению супружеских отношений или повышению психолого-педагогической культуры семьи (С.И. Голод, С.В. Дармодехин, Г.Я. Матуле, В.П. Меньшутин).

По феномену родительства, выяснилось, что исследованы его социокультурные аспекты (Т.А. Гурко, И.С. Кон, М. Мид), гендерные аспекты (В.А. Рамих, Г.Г. Филиппова), общая структура (М.О.Ермихина, Р.В.Овчарова) и отдельные компоненты (С.С. Жигалин, Е.В. Милюкова, А.С. Спиваковская, Л.Б. Шнейдер и др.).

Актуальность выделенной проблемы, ее практическая значимость обусловили выбор *темы исследования*: «Технологии работы с семьей в условиях дошкольного образовательного учреждения».

Объектом исследования является психолого-педагогические технологии.

Предметом исследования – психолого-педагогические технологии взаимодействия Дошкольного Образовательного Учреждения и семьи.

Цель исследования: Определить эффективность использования психологических технологий работы с семей в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Сформулированная цель обусловила постановку следующих задач исследования:

1. Провести теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме эффективности психологических технологий работы с семей в условиях ДОУ.

2. Изучить основные компоненты психологической компетентности родителей и их влияние на развитие личности ребенка.

3. Провести эмпирическое исследование по формированию психологической компетентности родителей в условиях дошкольного учреждения через реализацию авторской программы, основанной на психологической технологии.

В работе использован комплекс методов, включающих изучение нормативных документов для дошкольного образовательного учреждения, теоретический анализ психолого-педагогической литературы по изучаемой проблеме, диагностика, беседы, анкетирование, наблюдение, интервью, моделирование.

В результате предварительного анализа были сформулирована *гипотеза исследования*: Психологическую компетентность родителей дошкольников возможно повысить посредством реализации психологических технологий.

Методы исследования:

1. Обзорно-аналитическое теоретическое исследование психологической литературы по изучаемой проблеме с целью выяснения ее разработанности и определения дальнейших путей исследования.
2. Констатирующий эксперимент, включающий в себя комплекс методик: «Диагностика содержания общения с ребенком» Т.Ю. Андрушенко, Г.М. Шашлова, «Методика диагностики родительского отношения» А.Я. Варга, В.В. Столин, тест-опросник «Измерение родительских установок и реакций» PARI Е. С. Шефер и Р. К. Белл.

3. Обучающий (формирующий) эксперимент, включающий реализацию разработанной программы формирования психологической компетентности родителей.
4. Качественный и количественный анализ полученных результатов с помощью методов математической статистики.

Структура исследования. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения и библиографии.

1. Психологические технологии: теоретические и практические аспекты

1.1. Понятие «технология» в профессиональной деятельности психолога

Сегодня, слово «технология» все чаще употребляется специалистами в области педагогики и психологии. В психологической литературе данный термин не рассматривается содержательно или имеет неоднозначное значение.

Термин «технология», исходя из формулировок многих литературных источников, понимается как искусство, мастерство, умение, совокупность методов обработки, изменения состояния. Любая деятельность может быть либо технологией, либо творчеством. Всё начинается с творческой идеи, а технологией заканчивается. Это подтверждают слова следующих авторов: «Любая деятельность, отмечает В.П. Беспалько, может быть либо технологией, либо искусством. Искусство основано на интуиции, технология на науке» [7,406]. И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов утверждают, что «психологическая технология – это строго научное проектирование и точное воспроизведение гарантирующих успех действий» [7, с.407].

Придание психологическому процессу концептуальности, системности, управляемости и результативности становится возможным благодаря внедрению в профессиональную деятельность современных психологических технологий. Это способствует планомерному введению в психологию системно-деятельностного подхода, мотивирует проектирование технологической цепочки процедур, исключает из практики малоэффективные вербальные способы передачи знаний, приемов, форм взаимодействия педагога, родителей и обучающихся в системе «человек-человек», гарантирует образовательные результаты и снижает негативные последствия работы низко квалифицированных педагогов.

В научном понимании и употреблении термина «технология» существуют большие разночтения, среди которых можно выделить следующие позиции:

С одной стороны, технология — это способы материализации трудовых функций человека, его знаний, навыков и опыта в деятельности по преобразованию предмета труда или социальной реальности. С другой стороны, технология — это практическая деятельность, которая характеризуется рациональной последовательностью использования инструментария с целью достижения качественных результатов труда. В широком смысле слова технология — это способ осуществления деятельности на основе ее рационального расчленения на процедуры и операции с их последующей координацией и выбора оптимальных средств и методов их выполнения.

Психологические технологии реализуются через организованные педагогом различные виды деятельности участников образовательного процесса: учебную, игровую, развивающую, воспитательную и т.д.

По мнению Б.Т. Лихачева, психологическая технология — это «совокупность психолого-педагогических установок, определяющих специальный набор и компоновку форм, методов, способов, приемов обучения, коррекции и психологического сопровождения; она есть организационно – методический инструментарий психологического процесса» [8,48], определяющая порядок функционирования всех средств, используемых для достижения целей».

Любая психологическая технология отличается технологичностью, т.е. поэтапностью, пошаговостью, заданных технологией, и выполняемых участниками действий. Психологическая технология — не есть нечто застывшее и данное на все времена. Она может изменяться, совершенствоваться в зависимости от меняющихся условий образования.

Г. К. Селевко [2] в структуре технологии выделяет следующие элементы:

- концепция (психологическое, дидактическое, философское, социально-педагогическое обоснование);
- цели обучения, планируемые результаты обучения;
- содержание обучения;

- средства диагностики текущего состояния обучающихся;
- критерии выбора оптимальных моделей обучения для данных условий;
- набор моделей обучения (методы и формы деятельности педагога и обучающихся) [11].

Основой любой технологии служит четкое определение конечной цели. В технологии цель рассматривается как центральный компонент. [2]

Психолого-педагогические технологии – это определенная система содержания, средств и методов обучения и воспитания, направленных на решение психологических задач (примером является технология развивающего обучения).

Нам близко следующее понятие: *Психологическая технология* - это организованная и продуктивная деятельность людей в различных сферах социальной практики, ориентированная на эффективное решение психологических задач с заранее определенным социальным эффектом, и представляющая собой совокупность приемов, средств и методов психологического воздействия и влияния, объединенных определенным алгоритмом их применения.

[/http://www.psymoct.com/book/psychotechnology15990014.html](http://www.psymoct.com/book/psychotechnology15990014.html)]/

1.2. Виды психологических технологий

Общая классификация технологий может осуществляться по видам деятельности, характеру решаемых задач, уровням и сферам применения и другим параметрам (см. табл. 1).

Так, по первому критерию выделяют универсальные, региональные и локальные технологии. По объектам психологической работы — индивидуальные, групповые и общинные технологии. Разнообразие решаемых задач подразумевает и соответствующие технологии: обучающие, организационные, моделирования, инновационно-поисковые, прогнозирования и др.

По области заимствования можно рассматривать социально-психологические, социально-педагогические, социально-медицинские, психолого-педагогические и, собственно, психотехнологии.

Собственно психологические технологии представлены в основных видах практической деятельности психолога: психодиагностические и развивающие, психологического консультирования и информирования, психокоррекционные и психотерапевтические, социально-психологической адаптации и реабилитации. [48]

Таблица № 1

Классификация технологий практической психологии Овчаровой Р. В.

<i>Основания классификации</i>	<i>Виды технологий</i>
1. Сферы применения	<ul style="list-style-type: none"> – Универсальные – Региональные – Локальные
2. Объекты	<ul style="list-style-type: none"> – Групповые – Общинные – Индивидуальные
3. Характер решаемых задач	<ul style="list-style-type: none"> – Организационные – Обучающие (информационные) – Инновационные (поисковые) – Моделирование, проектирование – Прогнозирование
4. Область заимствования методов	<ul style="list-style-type: none"> – Социально-психологические – Социально-педагогические – Психолого-педагогические – Социально-медицинские – Собственно, психотехнологии

5. Направления психологической работы	<ul style="list-style-type: none"> – Психодиагностические (психологической экспертизы) – Развивающие – Психопрофилактические – Психологического информирования – Психологического консультирования – Социально-психологической адаптации – Психокоррекционные – Психотерапевтические – Психологической реабилитации
---------------------------------------	--

Представим описание технологий работы педагога-психолога по критерию «Направления психологической работы». Эти технологии и относятся к фонду собственно технологий работы педагога-психолога. Рассмотрим их более подробно.

Психологическая диагностика как технология — это специально организованный процесс познания, в котором с помощью соответствующих методов происходит сбор информации о личности или группе (семье) с целью постановки психологического диагноза.

Технология психопрофилактики — это система психолого-педагогических мер, направленных на создание оптимальной социальной ситуации развития ребенка, психогигиену педагогической среды.

Технология развития — это целенаправленный процесс, ориентированный на формирование психических процессов, свойств и качеств личности в соответствии с требованиями возраста и индивидуальными возможностями человека. Эта технология предполагает учет не только зоны актуального развития личности, но и ее завтрашних возможностей (зоны ближайшего развития).

Профилактика — это система предупредительных мер, связанных с

устранением внешних причин, факторов и условий, вызывающих те или иные недостатки в развитии детей. Данная система мер осуществляется на фоне общей гуманизации педагогического процесса. Ее успешное проведение связано со всеми субъектами целостного педагогического процесса, в том числе и семейного воспитания.

Профилактика предусматривает решение еще не возникших проблем. Поэтому ряд мер принимается задолго до их возникновения. Например, многие родители и учителя стремятся развивать активность ребенка, предоставляют ему свободу выбора, поощряют инициативу и самостоятельность, предупреждая тем самым социальный инфантилизм и пассивность.

Другие профилактические меры принимаются непосредственно перед возникновением проблем.

Виды технологий психологической работы в учреждениях образования:

- психолого-педагогической диагностики,
- психопрофилактические,
- развития,
- психологического консультирования,
- психологического информирования,
- психологической коррекции,
- психотерапевтические,
- социально-психологической адаптации детей,
- социально-психологической реабилитации детей,
- психологического сопровождения развивающейся личности.

Третья группа профилактических мер принимается в отношении уже возникшей проблемы, но предупреждает возникновение новых проблем. Например, психолог работает с отдельными поведенческими недостатками ребенка, предупреждая развитие негативных личностных свойств. [46]

Первые два подхода можно отнести к *общей профилактике*, а третий — к *специальной*. Можно называть специальной профилактикой систему мер, ори-

ентированных на решение определенной задачи: профилактика неуспеваемости, профилактика девиантного поведения, профилактика школьных страхов и т. п.

В последние годы много внимания уделяется *ранней профилактике* отклонений в развитии личности ребенка. Это обусловлено тем, что в детстве закладывается фундамент личности, нравственные и этические эталоны; формируется поведение, сообразное с правилами, и нормативная деятельность. Нервная система ребенка чрезвычайно пластична и способна к изменению; в этот период ребенок обладает повышенной внушаемостью, стремится подражать. Ребенок зависим от взрослого, а родители и педагоги — его главные авторитеты.

Технология психологического информирования по своей сути является педагогической. Это обучающая технология, определение которой было дано выше. Другое дело, что средства, которыми пользуется психолог при ее применении, являются не только педагогическими (рассказ, беседа, лекция, анализ проблемных ситуаций, деловая игра), но и психологическими (диагностическая и консультативная беседа, телефон доверия и др.).

Технология психологического консультирования - это обусловленная проблемой и ситуацией клиента, целенаправленная процедура создания психологических условий для эмоционального отреагирования, прояснения смысла, рационализации этой проблемы и нахождения вариантов ее решения.

Технология социально-психологической адаптации детей — это целенаправленная взаимосвязанная деятельность всех субъектов целостного педагогического процесса (родители, педагоги, социальный педагог, психолог) и ребенка, которая способствует овладению социально-этическими знаниями и нормами, накоплению позитивного социального опыта, содействуя успешной социализации и индивидуализации ребенка в микросоциуме. [46]

Технология психологической коррекции и психотерапии - это система психологических или психотерапевтических средств, направленных на устранение, сглаживание недостатков или их психолого-педагогических причин. Результа-

том ее применения являются такие изменения в психике ребенка, которые позитивно повлияют на его состояние, общение, деятельность и поведение в целом.

Технология социально-психологической реабилитации детей и подростков — системный, целенаправленный процесс их возвращения, включения, реинтеграции в общество (семья, школа, класс, коллектив сверстников), способствующие полноценному функционированию в качестве социального субъекта.

Реабилитация в психолого-педагогическом аспекте может рассматриваться как процесс восстановления психических проявлений и способностей ребенка после какого-либо нарушения. В результате создается определенное равновесие в психике и поведении ребенка, отвечающее норме поведения, адекватной его возрасту и требованиям среды, в которой он живет. Это возможно лишь при восстановлении ребенка как субъекта деятельности (учение, игра) и общения в условиях обучения и воспитания. В этом плане реабилитацию часто называют перевоспитанием.

Социально-педагогическая реабилитация в образовательных учреждениях заключается в преодолении школьных и семейных репрессий по отношению к детям и подросткам; разрешении конфликтных ситуаций; преодолении обструкции по отношению к ним со стороны сверстников; коррекции их общения и поведения.

Технология психологического сопровождения — это комплекс взаимосвязанных и взаимообусловленных мер, представленных разными технологиями, которые осуществляются всеми субъектами целостного педагогического процесса в целях обеспечения оптимальных социально-психологических условий для сохранения психического здоровья и полноценного развития личности ребенка. [46]

В основе всех рассмотренных выше технологий лежит ориентация на ребенка, поскольку целью семейного воспитания является полноценное развитие его личности и индивидуальности.

В дальнейшем в данной главе будут представлены конкретные технологии психологического сопровождения семьи, направленные на решение этой задачи.

1.3 Технологии психологического сопровождения семьи в условиях дошкольного образовательного учреждения

В настоящее время психологическая наука и практика располагает большим количеством классификаций технологий сопровождения, в основе которых лежат самые разные критерии.

Так, в рамках **отраслевой классификации** технологий психолого-педагогического сопровождения Р. В. Овчарова выделяет:

Педагогическая технология исходит из гипотезы недостатка педагогической компетентности родителей и педагогов. Субъект жалоб в таком случае обычно ребёнок. Психолог вместе с родителями и педагогом анализирует ситуацию, намечает программу мер. Хотя сами педагоги и родители могут быть причиной неблагополучия, эта возможность открыто не рассматривается. Психолог ориентируется не столько на индивидуальные возможности родителя ребёнка и педагога, сколько на универсальные, с точки зрения педагогики и психологии, способы воспитания.

Данная технология строится на предположении о дефиците у родителей, педагогов знаний и умений по воспитанию детей и носит профилактический характер. Она направлена на повышение психолого-педагогической культуры, расширение и восстановление воспитательного потенциала, на активное включение родителей в процесс социального воспитания детей. В этих целях используются различные формы работы: сочетание теоретических знаний, их закрепление в практикумах и дискуссиях. [55]

Социальная технология используется в тех случаях, когда трудности того или иного субъекта образования представляют собой результат неблагоприятных внешних обстоятельств. В этих случаях помимо анализа жизненной си-

туации и рекомендаций требуется вмешательство внешних специалистов (социальных работников, юристов и пр.).

Психологическая (психотерапевтическая) технология требуется тогда, когда причины трудностей ребёнка лежат в области общения, личностных особенностях других участников образовательного процесса. Она предполагает анализ семейной ситуации, психодиагностику личности, диагностику окружения. Практическая помощь заключается в преодолении барьеров общения и причинах его нарушений.

Диагностическая технология основана на предположении дефицита у родителей специальных знаний о ребёнке. Объект диагностики – семья, а также дети и подростки с нарушениями и отклонениями в поведении. Диагностическое заключение может служить основанием для принятия организационного решения.

Медицинская технология предполагает, что в основе трудностей лежат болезни. Задача психотерапии – адаптация и оказание помощи в соответствии с диагнозом. [55]

Психолог может использовать необходимые технологии помощи семье в зависимости от характера причин, вызывающих проблемы во взаимодействии с другими субъектами образования.

По организационным формам технологии подразделяются на групповые, индивидуальные и наглядно-информационные [56].

Групповые технологии работы с семьей наиболее распространены. Они подразумевают работу с большим составом группы. Это совместные мероприятия педагога-психолога, педагогов и родителей. В некоторых из них участвуют и дети. Перечислим некоторые групповые технологии работы, применяемые в дошкольном учреждении: психодиагностика, беседы, консультации, лекции, тренинги и другие.

Индивидуальные технологии предназначены для индивидуальной работы с родителями (или другими членами семьи) воспитанников. К ним можно отнести индивидуальные психологические консультации и беседы.

Наглядно-информационные технологии работы педагога-психолога с родителями играют роль опосредованного общения между психологом и родителями.

Рассмотрим также классификацию технологии психолого-педагогического сопровождения *по ведущему теоретическому основанию*:

Адлеровская технология основывается на сознательном и целенаправленном изменении поведения родителей, которое определяется ведущим принципом взаимоуважения членов семьи. Чувство единения при этом, делает человека способным к сотрудничеству с другими людьми, то есть формирует социальный характер. А поскольку человек – социальное существо, то для него важно чувство принадлежности к определённой группе. Следовательно, по теории А. Адлера, семейная атмосфера, ценности, установки и взаимоотношения в семье являются главным фактором развития личности, то есть, в семье ребёнок формирует цели жизни, свои идеалы, систему ценностей и учится жить. При этом основными понятиями адлеровского воспитания являются равенство, сотрудничество и естественные результаты.

Согласно данной технологии, в первую очередь поддержка и помощь должна оказываться родителям и носить воспитательный характер – нужно научить их уважать уникальность, индивидуальность и неприкосновенность личности ребенка. Необходимо помочь каждому из родителей понять своих детей, войти в их образ мышления, научиться разбираться в мотивах их поступков, совершенствовать свои методы развития личности. [56].

Учебно-теоретическая технология Б.-Ф. Скиннера, в основе которой лежат результаты экспериментальных исследований, с помощью которых была сделана попытка определить, каким образом установки и поведение родителей и педагогов влияют на ребёнка. Это направление основано на общей теории бихевиоризма, согласно которой поведение родителей, детей и педагогов можно изменить методом переучивания или научения. Процесс состоит в обучении быстрым техникам рационального поведения. Оно меняется по мере осмысления своих поступков и поступков других субъектов образовательного процесса,

их мотивов. Участники постепенно овладевают умением регулировать поведение, применяя положительное подкрепление (поощрение), отрицательное подкрепление (наказание) и отказываясь от подкрепления (нулевое внимание). В ходе обучения родители и педагоги обеспечиваются научными сведениями о регуляции поведения, знакомятся со специальной терминологией, помогающей описывать эти процессы. [56].

Технология чувственной коммуникации Т. Гордона базируется на феноменологической теории личности К.Р. Роджерса и практике клиентцентрированной терапии, целью которой является создание условий для самовыражения личности. Это достигается сглаживанием разницы между «Я - идеальным» и «Я - реальным» при определённых психологических обстоятельствах. Согласно данному направлению, каждому человеку свойственны две главные потребности: позитивного отношения других и самоуважении, то условием здорового развития личности является отсутствие противоречия между представлением о том, как к нему относятся другие («Я - идеальное»), и действительным уровнем любви («Я - реальным»). Изменить поведение человека можно, лишь понимая и принимая его чувства. То есть технология предполагает работу со всеми участниками образовательного процесса в отношении свободы своих чувства, осознания поведения и конкретных шагов по его изменению. То есть технология чувственной коммуникации означает диалогичность общения, его открытость, раскрепощённость чувств, их искренность. От развития чувственных коммуникаций к самовыражению каждого участника образовательного процесса стремится данная технология. [56].

Технология, основанная на транзактном анализе. (М. Джеймс, Д. Джонгард). Согласно теории транзактного анализа Э. Берна, личность каждого индивидуума определяется факторами, которые можно назвать состояниями «Я». Это способ восприятия действительности, анализа получаемой информации и реагирования индивидуума на действительность. Человек может это делать по-разному: по-детски, по-взрослому, по-родительски.

«Ребёнок» в личности – это спонтанность, творчество, интуиция, с ними связаны биологические потребности и основные ощущения человека. Это наиболее чистое начало личности, в нём представлено всё самое естественное в человеке.

«Взрослый» в личности действует последовательно. Свойствами этого начала, этой части человеческой личности являются систематические наблюдения, объективность, следование законам логики, рациональность. В развитии личности с областью «взрослый» связано всё сознательное. Оно начинается с сенсорно-моторного уровня восприятия и достигает формального, абстрактно-логического мышления. [56].

Положение «родиться в личности» включает в себя приобретённые нормы поведения, ценности и привычки. Поведение авторитетных людей в социальном окружении учит личность определённым нормам и способам поведения через «родительскую» часть. Родительское программирование, согласно Берну, во многом предопределяет судьбу человека. Оно осуществляется прежде всего через транзакции – единицы общения, которые могут быть дополняющими (то есть способствующими взаимопониманию), пересекающимися (вызывающими конфликты и напряжение) и скрытыми, при которых информация в ходе общения искажается. Основная задача данной технологии – научить всех участников образовательного процесса взаимным компромиссам и умению их использовать в других социальных сферах. Для этого при рассмотрении своего поведения и взаимоотношений они должны овладеть терминологией транзактного анализа, научиться определять характер потребностей и запросов других и устанавливать с ними адекватные коммуникации.

Технология групповой терапии Х. Джинота, в основе которой лежит стремление научить родителей и педагогов в переориентации своих установок в зависимости от потребностей ребёнка. Она носит сугубо практический характер и сосредоточена на рассмотрении проблемных ситуаций: как говорить с детьми, как хвалить ребёнка, что такое страхи детей и т.д.

Сопровождение педагогов и родителей, по Х. Джиноту, осуществляется в форме групповых консультаций, терапии и инструктажа. Групповая работа с педагогами имеет целью достижение позитивных изменений в структуре личности (для людей с эмоциональными нарушениями, не справляющихся с проблемами отношений детей и родителей). Групповые консультации должны помочь родителям решать проблемы, возникающие при воспитании детей. Во время консультации им помогают избавиться от чувства вины, сообщая об аналогичных переживаниях в других семьях; родители делятся своим опытом, рассказывают друг другу о сходных трудностях. Постепенно они начинают более объективно смотреть на проблемы своей семьи. Инструктаж происходит и в группе, напоминая групповую консультацию. [55].

В психологической практике существует понятие авторские технологии. Данный вид технологий опирается на общеизвестные приемы, методы, структурирует и организует их вокруг какой-то наиболее значительной авторской идеи. Примерами авторских технологий являются:

1. Технология «Семь шагов» Р.В. Овчаровой,
2. Технология развития психологической культуры в детско-родительских отношениях А.В. Гумницкой
3. Технология формирования супружеских отношений В.Б. Шапаря
4. Технология формирования психологической культуры родителей в условиях ДОУ Кубовой В.
5. Технология «Профилактика психологического насилия в детско-родительских отношениях» Степченко Е.
6. Технология Вольхиной Е.Н. «Формирование интегративных качеств личности дошкольников на основании эмоционального благополучия».
7. Технология Бариновой Е.С. «Формирование психологической культуры семьи».
8. Психологическая технология развития эффективного эмпатического общения А.А. Головина

Несмотря на многообразие технологии, каждая из них нацелена на оказание помощи и поддержки всех субъектов образовательного процесса с учетом степени их включенности и специфики проблем.

Для анализа частоты и эффективности воздействия психологических технологий в сфере дошкольного образования использовался метод систематического обзора публикаций, основанных на результатах конкретных программ с использованием данного вида инструментария, проведенных дошкольными организациями на территории Российской Федерации. Поиск литературы был осуществлен весной 2018 года с помощью специализированных интернет - ресурсов научных или исследовательских учреждений, дошкольных образовательных и общественных организации, психологических центров и объединений психологов, книжных издательств.

Поиск проходил в два этапа.

I этап. Просмотр специализированных интернет - ресурсов: поиск отчетов по результатам исследований, тезисов конференций, журнальных статей, диссертаций, монографий, бюллетеней, а также других видов электронных публикаций, представленных на интернет-сайтах профильных организаций. Поиск записей об изданиях на русском языке велся с помощью поискового выражения «психологические технологий в дошкольном образовании» (158 записей), затем заголовки были использованы для оценки соответствия публикаций критериям формирования массива. По итогам этой работы 133 источника были отклонены, 25 публикаций были отобраны для дальнейшего анализа, 3 из них оказались недоступны, 22 источника вошли в основной массив.

II этап. Дополнительный поиск основывался на просмотре списков цитируемой литературы в найденных на предыдущих этапах источниках. На этом этапе была найдена 21 публикация на русском языке.

Только немногим более трети публикаций (38,7%, или 16 публикации) содержали информацию о проведении оценки эффективности программ с использованием с психологических технологий в дошкольном образовании, и лишь в 10,8% случаев оценка эффективности была проведена в два или более

временных среза. В 78,2% случаев эта оценка показала позитивные изменения, лишь в одном источнике (1,8%) было отмечено отсутствие таковых изменений. Следует отметить, что зачастую результаты оценки эффективности программ с использованием психологических технологий приводились без указания уровня их статистической значимости, способа получения сырых или скорректированных оценок. Кроме того, в каждом пятом случае (20%) результаты проведенного оценочного исследования авторами умалчивались.

Поскольку в большинстве случаев оценка эффективности дошкольных программ с использованием психологических технологий либо вовсе не проводилась, либо ее результаты не были опубликованы и лишь одна публикация содержала конкретные результаты оценки эффективности, то практически невозможно сделать сопоставление эффективных и неэффективных программ. В целях настоящего исследования эффективными мы считали те программы, описание которых содержало информацию как минимум об одной волне оценки ее эффективности, содержавшей положительные результаты. Программы, в описании которых не содержалось информации о проведенной оценке эффективности либо указания о позитивных результатах данной оценки, считались неэффективными.

К списку эффективных программ с использованием психологических технологий в дошкольном образовании мы отнесли: программа построенная на технологии формирования личностной зрелости родителей Р. В. Овчаровой, программа с использованием технологии развития психологической культуры в детско-родительских отношениях А.В. Гумницкой, программа с использованием технологии формирования психологической культуры родителей в условиях ДООУ Купцовой и программу, основанную на психологической технологии развития эффективного эмпатического общения А.А. Головиной.

Изучая публикаций по использованию психологических технологий в сфере дошкольного образования, мы определили виды запросов со стороны семьи к психологической службе дошкольной организации, а именно:

1. Просьба об информации («Что известно об этом?») – 81% публикации.
2. Просьба о помощи в выработке позиции («Что делать, если ребенок не слушается?», «Можно ли наказывать за это моего ребенка»)- 78% публикации.
3. Просьба об обучении навыкам («У меня это не получается, научите») – 79% публикаций.
4. Просьба об эмоциональной и моральной поддержке («Я — хороший родитель, не правда ли?», «Мое решение правильно, не правда ли?», «То, что у меня, не так ужасно, не правда ли?») - 71% публикации.
5. Просьба в оказании влияния на члена семьи или в его изменении в интересах лица, о котором идет речь («Помогите ребенку избавиться от страхов», «Помогите мужу/жене научиться общаться с ребенком») – 43 % публикации.
6. Просьба об оказании влияния на члена семьи в интересах клиента («Сделайте ребенка более послушным», «Заставьте ребенка/супруга больше любить и уважать меня») - 21% публикации.
7. Просьба о содействии в анализе («Я не уверен, что правильно понимаю эту ситуацию, не поможете ли мне разобраться?») - 12% публикации.

Из чего мы определили, что наиболее частым является запрос со стороны семьи о психологическом сопровождении родительства (запросы об информации, о поддержке, о разрешении конфликтов). Из чего следует, что психологу дошкольного учреждения необходимо проводить системную работу по формированию осознанного родительства, коррекции детско-родительских отношений, развитию родительских чувств.

Выводы по главе:

1. В настоящее время в педагогический лексикон прочно вошло понятие «психологическая технология». Несмотря на разнообразие определений «технология» в работах В.П. Беспалько, И.Ф. Исаева, Е.Н. Шиянова, Б.Т. Лихачевой, Г. К. Селевко, Овчаровой Р. В. и др. нам близко следующее понятие: «Психологическая технология - это организованная и продук-

тивная деятельность людей в различных сферах социальной практики, ориентированная на эффективное решение психологических задач с заранее определенным социальным эффектом, и представляющая собой совокупность приемов, средств и методов психологического воздействия и влияния, объединенных определенным алгоритмом их применения».

2. Существует несколько видов классификаций психологических технологий. По своим целям, содержанию, применяемым методам и средствам существующие технологии имеют сходство, но отличаются по различным параметрам. Наиболее подробно и системно разработана классификация технологий практической психологии Овчаровой Р. В. В данной классификации психологические технологии представлены в основных видах практической деятельности психолога: психодиагностические и развивающие, психологического консультирования и информирования, психокоррекционные и психотерапевтические, социально-психологической адаптации и реабилитации.
3. На сегодняшний день существует большое многообразие технологий психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса, каждая из которых нацелена на оказание помощи и поддержки с учетом специфики выявленных проблем. Подробно изучив технологии психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса, мы определили, необходимость в разработке психологической технологии, способствующей эффективному взаимодействию детского сада и родителей.

2. Эмпирическое обоснование создания технологии работы с семьей в условиях работы дошкольного образовательного учреждения

2.1 Планирование и подготовка экспериментального исследования

Для того чтобы наша технология сопровождения семьи соответствовала запросам родителей и учреждения, на следующем этапе нашей работы была разработана анкета для родителей, включающая в себя 16 вопросов, касающихся различных аспектов организации обучения по вопросам психологии родительства (приложение 1). Затем было проведено анкетирование родителей дошкольников. Всего было опрошено 120 человек, проживающих в городе Серове.

100% опрошенных считают, что им необходима психологическая информация по вопросам психологии развития ребенка в дошкольном периоде, вопросам семейной психологии, в частности видов стратегий воспитательной позиции и их влияния на развитие ребенка, особенностей эмоционального развития дошкольника и влияния детско-родительских отношений на развития ребенка в дошкольном возрасте.

Вести занятия, по мнению родителей, должны психологи-практики (80%) или психологи, имеющие ученую степень (10%), часть родителей согласны, чтобы занятия проводили студенты-психологи старших курсов (10%).

Из семи форм работы, предложенных родителям (круглый стол, родительские собрания, психологические тренинги, родительские лектории, письменный телефон доверия, психолого-педагогические консультации), они отдали однозначное предпочтение психологическому тренингу (92%), психолого-педагогическим консультациям (83%), круглым столам (64%) и 25 % родителей готовы посетить лекции.

80% родителей выразили уверенность в том, что занятия будут более эффективными, если будут включать в себя совместную работу детей и родителей.

Наиболее удобной для себя родители дошкольников считают встречи длительностью не более полутора часов, периодичностью один -два раза в месяц.

Анализируя данные анкеты определили, что родителям не хватает знаний по вопросам психологии развития в дошкольном периоде, вопросам семейной психологии, в частности видов стратегий воспитательной позиции и их влияния на развитие ребенка, особенностей эмоционального развития дошкольника и влияния детско-родительских отношений на развития ребенка в дошкольном возрасте. Из чего мы определили необходимость в организации системной работы по формированию психологической компетентности родителей.

2.2 Исследование особенностей родительской компетентности в условиях дошкольной организации

Родительскую компетентность мы понимаем, как систему знаний, умений, навыков и опыта в области воспитания ребенка, готовность и способность родителя ответственно решать жизненно важные для семьи проблемы. Родительская компетентность формируется в процессе осмысления собственного детства, опыта пребывания в родительской семье, взаимодействия взрослых и детей, оценивается самими родителями, детьми, ближайшим окружением (друзьями, родственниками, знакомыми, педагогами в детском саду и образовательном учреждении).

В работах В. Н. Дружинина, И. С. Кона, М. И. Лисиной и др. психологов поднимались опросы о стилях и стратегиях семейного воспитания, о роли родителей в воспитании. На сегодняшний день родительство рассматривается в психологии как феномен, как интегральное психологическое образование личности, состоящее из ценностных ориентаций родителя, установок и ожиданий, родительских чувств, родительской ответственности, стиля семейного воспитания и строящееся на основе осознания духовного единства с брачным партнером по отношению к своим или приемным детям [4, с.98].

На основе анализа исследований Р.В. Овчаровой, Н.Г. Кормушиной, Н.И. Мизиной, М.О. Ермихиной выявляются следующие составляющие (структурные компоненты) родительской компетентности: когнитивная, эмоциональная, поведенческая [16, с.48].

Когнитивная составляющая включает в себя знания и представления о возрастных и индивидуальных особенностях ребенка, представления о себе как о родителе, представления об идеальном родителе, знание родительских функций, образ ребенка.

Поведенческая составляющая содержит представления о различных способах и формах взаимодействия с ребенком, знания и представления о целевом аспекте этих взаимоотношений, а также убеждения в приоритетности тех направлений взаимодействия с ребенком, которые реализуют родители.

Эмоциональная составляющая определяется переживаниями и чувствами человека. Эмоциональный компонент — это субъективное отношение к себе как родителю, родительские чувства и установки. Родительские установки и ожидания — это определенный взгляд на свою роль родителя.

Проанализировав исследования, связанные с психологической компетентностью, можно предложить модель структуры психологической компетентности родителей, которая содержит *три основных компонента*:

1. *Мотивационно-волевой компонент* включает мотивы, цели, потребности, ценностные установки, стимулирует творческое проявление личности, предполагает наличие интереса к совместной деятельности с ребенком;
2. *Когнитивный компонент* в общем случае проявляется в виде психологических знаний, умений, навыков в области воспитания и взаимодействия с ребенком;
3. *Рефлексивный компонент* проявляется в умении сознательно контролировать результаты взаимодействия с ребенком и уровень собственного развития, личностных достижений, сформированность таких качеств и свойств, как креативность, инициативность, нацеленность на сотрудничество, а также на удовлетворенность родительство.

Критериями мотивационно-волевого компонента психологической компетентности:

- приверженность гуманистическим идеалам;
- устойчивая внутренняя мотивация к совместной деятельности, интерес к ней;
- умение проявлять инициативу
- умение самостоятельно проектировать собственную деятельность;
- умение принимать личную ответственность;
- потребность в саморазвитии и совершенствовании собственной компетентности;
- позитивная самооценка и самоуважение;

Когнитивный компонент психологической компетентности родителей включает в себя следующие параметры:

- знание индивидуально-психологических особенностей детского развития;
- знание способов управления собственным психическим состоянием и психоэмоциональным состоянием ребенка;
- знание о возможных трудностях в воспитании, и пути их преодоления;
- умение устанавливать контакты и благоприятные взаимоотношения;
- владение разнообразными формами организации детского досуга;
- умение решать споры, улаживать конфликты, преодолевать трудности в конкретных ситуациях.

Рефлексивный компонент психологической компетентности родителей можно описать через следующие критерии:

- активность личности родителя;
- склонность к самоанализу;

- ориентация на сотрудничество с людьми, работающими с ребенком (педагоги, психологи и другие);
- способность оценить результаты воспитания и их последствия.

Таким образом, в психологической науке существуют различные подходы к определению психологической компетентности, структуры ее содержания, описанию видов компетентности, а также условий ее формирования и развития.

Проанализировав все исследования, связанные с психологической компетентностью, мы предложили модель структуры психологической компетентности родителей, которая содержит три основных компонента: мотивационно-волевой, когнитивный и рефлексивный.

Описание выборки, методов и процесса исследования

Выборка эмпирического исследования, направленного на проверку выдвинутой гипотезы, комплектовалась методом случайного отбора из родителей, являющихся законными представителями воспитанников ФМАОУ СОШ № 14 – детский сад № 24 «Умка» города Серова, имеющими детей дошкольного возраста 2-7 лет. Общее количество выборки - 70 человек.

Гипотеза нашего исследования выступила предположение о том, что: Психологическую компетентность родителей дошкольников возможно повысить посредством реализации психологических технологий.

Цель исследования: формирование психологической компетентности у родителей в условиях дошкольного учреждения;

Объект исследования: психологическая компетентность родителей.

Предмет исследования: формирование психологической компетентности у родителей в условиях дошкольного учреждения.

Экспериментальный план исследования:

1 этап - организационно-подготовительный. В ходе данного этапа была сформулирована основная цель исследования. Были выделены задачи исследования, предмет и объект.

2 этап - этап разработки гипотезы. Нами была выдвинуто предположение, о характерных особенностях психологической компетентности родителей в условиях дошкольного учреждения, на основании теоретического исследования литературы по данной проблеме.

3 этап - методический. Для достижения поставленной цели исследования нами был подобран диагностический инструментарий: «Диагностика содержания общения с ребенком» Т.Ю. Андрушенко, Г.М. Шашлова, «Методика диагностики родительского отношения» А.Я. Варга, В.В. Столин, методика «PARI». Математический анализ данных осуществлялся с помощью t-критерия Стьюдента, корреляционного критерия Спирмена.

4 этап - формирующий. В ходе данного этапа нами была осуществлена диагностика особенностей психологической компетентности родителей, проведен отбор в контрольную и экспериментальную группу, на основании сравнения результатов. Далее мы произвели разработку технологии, целью которой является формирование психологической компетентности у родителей в условиях дошкольного учреждения.

5 этап - контрольный. В ходе данного этапа нами были реализована повторная диагностика особенностей психологической компетентности родителей, сравнении полученных данных с показателями пред-диагностики, сравнение с показателями направленности контрольной группы. Произведен анализ и заключение о результатах исследования.

Далее последует описание методического инструментария, с помощью которого нами была произведена диагностика.

1. «Методика диагностики содержания общения родителей с ребенком» Т.Ю. Андрушенко, Г.М. Шашлова. (Опросник – ОСОР-В).

Цель методики: диагностика межличностных конфликтов, проявляющихся в непонимании, отвержении дошкольников родителями.

Описание методики: Анкета-опросник «ОСОР-В» построена на десяти номинальных шкалах, каждая из которых состоит из четырех утверждений, касающихся определенного содержания общения взрослого с ребенком.

Задание представлено в виде 40 закрытых утверждений.

2. *Тест-опросник родительского отношения (ОРО), авторы А. Я. Варга, В. В. Столин.*

Цель: диагностика родительского отношения к ребенку

Описание методики: Результаты опросника выражаются в пяти шкалах: принятие-отвержение, социальная желательность поведения ребенка, симбиоз (отсутствие дистанции между родителем и ребенком), авторитарный контроль, отношение к неудачам ребенка. Опросник состоит из 61 вопроса, ответы делятся на «Да» и «Нет», что равноценно баллами 1 и 0.

3. *Методика PARI*

Тест-опросник «Измерение родительских установок и реакций» PARI. Авторы методики Е. С. Шефер и Р. К. Белл. Адаптированный вариант методики Т. Неццет.

Цель методики: диагностика особенностей родительских установок и реакции.

Описание методики: в методике выделены 23 аспекта-признака, касающиеся разных сторон отношения родителей к ребенку и жизни в семье. Из них - 8 признаков описывают отношение к семейной роли и 15 - касаются родительско-детских отношений. Эти 15 признаков делятся на 3 группы: I - оптимальный эмоциональный контакт, II - излишняя эмоциональная дистанция с ребенком, III - излишняя концентрация на ребенке.

Каждый признак измеряется с помощью 5 суждений, уравновешенных с точки зрения измеряющей способности и смыслового содержания. Вся методика состоит из 115 суждений. Суждения расположены в определенной по-

следовательности, и отвечающий должен выразить к ним свое отношение в виде активного или частичного согласия, или несогласия.

На основании проанализированных исследований, связанных с психологической компетентностью родителей, мы разработали модель структуры психологической компетентности родителей. Данный диагностический материал был подобран в соответствии с компонентами данной модели.

Таблица 2. Диагностика структуры психологической компетентности родителей

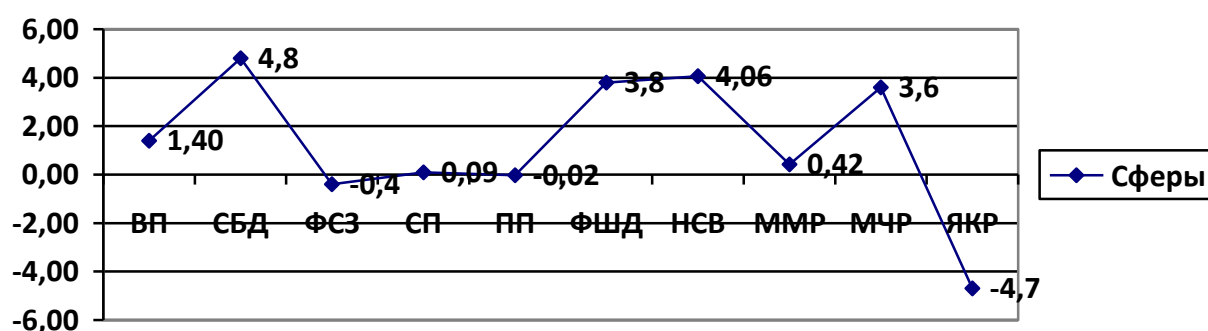
№	Компонент психологической компетентности	Методики	Направленность методик
1.	Мотивационно-волевой	Методика «Диагностика содержания общения родителей с ребенком» авторы Т.Ю. Методика «Диагностика родительского отношения» авторы А.Я.Варга, В.В.Столин	Изучение мотивов, потребностей, ценностных установок родителей, а также наличие или отсутствие интереса к общению и совместной деятельности с ребенком.
2.	Когнитивный	Методика «Диагностика родительского отношения», авторы А.Я. Варга, В.В. Столин Методика PARI	Изучение определенных психологических знаний, умений родителей в области воспитания и взаимодействия с ребенком. Изучение формирования здорового образа жизни, формирования и особенностей психосоматических отношений, а также взаимосвязи между уровнем когнитивного компонента психологической компетентности и общей напряженности родителей.

3.	Рефлексивный	Методика «Диагностика родительского отношения» авторы А.Я.Варга, В.В.Столин Методика PARI	Исследование активности личности родителя, склонность к самоанализу, ориентация на сотрудничество, способность оценить результаты воспитания и их последствия и т.д.
----	--------------	--	--

Для проверки, поставленной нами гипотезы, мы провели диагностику установленных нами компонентов психологической компетентности (мотивационного-волевого, когнитивного, рефлексивного). Общее количество исследованных респондентов - 70 родителей.

Рассмотрим полученные данные диагностики в ходе констатирующего эксперимента. Первоначально мы рассмотрели особенности общения родителей с ребенком, с помощью опросника ОСОР-В. Полученные данные представлены в далее на диаграмме №1 нами продемонстрированы особенности средних значений по шкалам общения родителя с ребенком.

Диаграмма № 1 Результаты средних значений по показателям общения родителей с ребенком, как мотивационно-волевого компонента психологической компетентности родителей



Рассмотрим сферу быта. Средние значения 1,4 показателя витальные потребности, свидетельствует о том, что родители в среднем удовлетворяют при общении данную потребность ребенка. Они иногда общаются с ним о его здоровье, напоминают ему об опасностях, говорят ребенку о режиме питания

и правилах гигиены. Средние значения 4,8 показателя ситуативно-бытовых действий, демонстрируют высокий уровень удовлетворения данной потребности в общении с ребенком. Так, родители часто напоминают ребенку о его бытовых делах, тем самым приучая ребенка к порядку, напоминают ему о домашних обязанностях, и учат бережному отношению к вещам. Средние значения -0,43 показателя формальных совместных занятий указывает на то, что потребность общения при ситуативных занятиях с ребенком не удовлетворяется. Так, родители не планируют совместный отдых с ребенком, отсутствует общение с ребенком во время игр, обучающих занятий, в эти моменты ребенок предоставлен сам себе. Таким образом, анализируя шкалы бытовой сферы, мы понимаем, что родители обеспокоены только основными потребностями ребенка (витальными и бытовыми), при этом в сфере досугово-игровой деятельности общение с ребенком сужается.

Далее мы изучили особенности общения в сфере познания. Рассматривая средние значения показателя содержания познания (0,09), мы отметили средний и низкий уровень общения родителя с ребенком по данной шкале. Так, лишь некоторые родители занимаются домашним обучением своих детей, рассказывают им об изменениях в природе, об устройстве человека, растений и животных. Изучая, собственно процесс познания, мы обнаружили очень низкие значения по шкале у всей группы (0,20), что свидетельствует о том, что в общении не удовлетворяется потребность ребенка в познании. Таким образом, анализируя шкалы сферы познания, мы можем сказать, что познание как потребность ребенка, в общении с родителями не удовлетворяется, и родители не стремятся выполнять функцию педагогов и воспитателей.

Сфера социального мира. Особенности формальной дошкольной действительности в общении с ребенком удовлетворены в высокой степени (3,89). Родители расспрашивают ребенка о его успехах и неудачах в детском саду. Также показатели средних значений шкалы норм социального взаимодействия находятся на высоком уровне (4,06), что указывает на то, что роди-

тели в общении с ребенком стремятся прививать ему нормы и правила поведения в обществе.

Рассмотрим показатели по шкалам сферы внутреннего мира ребенка. Шкала мир мыслей ребенка демонстрирует низкий уровень средних значений (0,42) – родители не часто проявляют интерес и инициативу к мыслям ребенка, его мнению, взглядам и решениям. На среднем уровне для родителей важен мир чувств ребенка (3,6) и в общении они уделяют внимание этому: спрашивают ребенка о его переживаниях, настроении об отношении к другим людям и делам. По шкале Я-концепция ребенка, мы наблюдаем очень низкие показатели (-4,73), что свидетельствует о том, что родители не уделяют достаточного внимания личности ребенка, в общении отсутствует обсуждение об изменениях ребенка, его развитии, родители не интересуются самооценкой ребенка.

Исследуя показатели общения родителей с ребенком, как мотивационно-волевого компонента психологической компетентности, мы определили, что общение в основном выстроено на удовлетворение витальных потребностей и обучение ребенка бытовым вопросам (вопросам гигиены, правилам безопасности). Родители частично принимают на себя функцию воспитателя, узнавая об успехах ребенка в детском саду и его социальной адаптации. Тем не менее, из вида упускается познавательный компонент, родители не осознают собственной педагогической роли в воспитании ребенка. Не маловажным является вопрос взаимодействия с внутренней сферой ребенка. В данной области нами был обнаружен конфликт, так как родители уделяют большое внимание чувственному миру ребенка, однако, при этом не осознают собственной роли в его личностном развитии и не оказывают влияние посредством общения с ребенком на его познавательное и личностное развитие (я-концепцию).

Далее нами были изучены особенности родительского отношения к ребенку, с помощью методики ОРО. Полученные данные представлены на диа-

грамме №2. Пр продемонстрированы особенности показателей родительского отношения к ребенку.



В основном родительское отношение выражено в принятии ребенка. Большинство родителей в воспитании ребенка, стремятся к сотрудничеству с ним (6,39). Некоторые родители склонны в воспитании к симбиотическому слиянию с ребенком (3,89), а также к контролю ребенка (4,37). Такое родительское отношение показывает разделение мнений родителей в воспитании ребенка и отсутствие единого мнения. Единой константой для родительской выборки является принятие ребенка, и вера в ребенка.

Итак, рассматривая мотивационно-волевой компонент психологической компетентности родителей, мы понимаем, что у родителей данной группы отсутствует представление о том, что они являются источником знаний для ребенка, оказывают влияние на формирование личности ребенка, также родители не осведомлены о стилях воспитания, и это в свою очередь, влияет на особенности выбора воспитательной стратегии. Таким образом, мотивационно-волевой уровень, как компонент психологической компетентности, у данной группы родителей, мы можем охарактеризовать как низкий, поскольку отсутствие знаний о воспитании и потребностях ребенка, снижают мотивацию родителя к выполнению актуальных в воспитании ребенка задач.

Мотивация родителей, в воспитании направлена на обучение ребенка поведению в быту, и, несмотря на то что, родители большое внимание уделяют чувственному миру ребенка, из-за отсутствия знаний о воспитании и актуальных потребностях ребенка, во взаимодействии с ним делаются упущения, вследствие чего родители теряют свои компетенции.

Рассмотрев направленность родительской мотивации, как фактора психологической компетентности, мы отметили, что причиной является недостаток знаний о воспитании ребенка. Также ранее нами было определено, что когнитивный компонент, является одним из факторов психологической компетентности. Особенности проявления компетентности родителей, их знаний о воспитании ребенка проявляются в отношении родителей к ребенку, и в имеющихся установках по отношению к ребенку.

Характеризуя особенности отношения родителей к ребенку (см. диаграмма 2), через призму когнитивного компонента психологической компетентности родителей, мы понимаем, что родители не осведомлены о стилях воспитания, в результате этого некоторые родители выбирают деструктивные воспитательные стратегии по типу симбиоза и контроля ребенка. Симбиотическая связь с родителем не позволяет ребенку делать самостоятельный выбор, в случае контролирующего воспитания, ребенок боится нарушать строгие дисциплинарные рамки, в следствие чего также не развивается его самостоятельность.

Далее, нами были изучены особенности родительских установок с помощью методики PARI. Полученные данные представлены на диаграмме 3, где изображены особенности родительских установок в отношении воспитания и взаимодействия с ребенком.

Диаграмма № 3 Средние значения показателей родительских установок как когнитивного компонента психологической компетентности родителей



* Показатели родительских установок в отношении воспитания и взаимодействия с ребенком по методики PARI:

- | | |
|--|---|
| 1. Вербализация; | 14. Партнерские отношения; |
| 2. Чрезмерная забота; | 15. Развитие активности ребенка; |
| 3. Зависимость от семьи; | 16. Уклонение от конфликта; |
| 4. Подавление воли; | 17. Безучастность мужа; |
| 5. Ощущение самопожертвования; | 18. Подавление либидо; |
| 6. Опасение обидеть; | 19. Доминирование матери; |
| 7. Семейные конфликты; | 20. Чрезвычайное вмешательство в мир ребенка; |
| 8. Раздражительность; | 21. Уравнение отношения; |
| 9. Излишняя строгость; | 22. Стремление ускорить развитие ребенка; |
| 10. Исключение внесемейных влияний; | 23. Несостоятельность матери. |
| 11. Сверхавторитет родителей; | |
| 12. Подавление агрессивности | |
| 13. Неудовлетворенность ролью хозяйки; | |

Рассматривая родительской портрет данной группы по шкалам, мы можем сказать, что отношение к семейной роли у родителей проявляется в том,

что некоторые родители склонны иногда проявлять сверхавторитет по отношению к воспитанию ребенка, при этом некоторые матери используют зависимые стратегии семейной роли. Это указывает на то, что родители не способны выбрать адекватную воспитательную стратегию по отношению к ребенку.

Отношение родителей к ребенку, характеризуется низким уровнем взаимодействия. Родители способны взаимодействовать с ребенком на равных, некоторые родители способны поддерживать партнерский стиль взаимоотношений. Также некоторые родители осознают собственную роль в развитии активности ребенка. При этом они склонны к раздражительности по отношению к ребенку, и иногда эмоционально дистанцируются от него несмотря на то, что для данной группы семей семейные конфликты не присущи.

Также выявлена излишняя концентрация на ребенке: так родители чрезмерно поглощены проблемами ребенка, они подавляют его волю, подавляют проявление его агрессивности и либидозной энергии в поведении. При этом, основной задачей родительской роли они видят - ускоренное развитие ребенка. Такое воспитание влечет за собой развитие невротизма, желания ребенка подавляться, а к ребенку постоянно предъявляются требования несоответствующие его возрастному периоду.

Рассматривая установки родителей о детско-родительских отношениях, как показатель когнитивного компонента психологической компетентности родителей, мы обнаружили, что родителям не хватает знаний об особенностях воспитательных стратегий, что нами было уже отмечено ранее, знаний об особенностях взаимодействия с ребенком, знаний об особенностях развития ребенка в дошкольном возрасте и влиянии детско-родительских отношений на развитие ребенка - в виду этого в воспитании ребенка допускаются ошибки.

Объединяя полученные данные о когнитивном компоненте психологической компетентности родителей, мы понимаем, что родителям не хватает знаний касательно особенностей развития ребенка дошкольного периода,

знаний, связанных с родительской ролью и знаний о влиянии родителей на воспитание ребенка.

Также, в модели психологической компетентности нами был определен рефлексивный компонент, в который входят: отношение к ребенку и установки родителей о воспитании ребенка. Рефлексия родителей показывает, что родительское отношение выражено в принятии ребенка (см. диаграмма 2.), но далее родители отмечают, что склонны раздражаться на ребенка, иногда отношения с ребенком носят дистантный характер (см. диаграмма 3). Все это свидетельствует о том, что родители недостаточно компетентны в вопросах эмоционального развития дошкольника, в виду этого они допускают ошибки в воспитании.

Таким образом, проанализировав мотивационно-волевой, когнитивный и рефлексивный компоненты родительской выборки, мы пришли к выводу, что родителям не хватает знаний по вопросам психологии развития в дошкольном периоде, вопросам семейной психологии, в частности видов стратегий воспитательной позиции и их влияния на развитие ребенка, особенностей эмоционального развития дошкольника и влияния детско-родительских отношений на развития ребенка в дошкольном возрасте, мерах и методах профилактики здоровья (физического и психологического) зависящих от родителей, а также ролей исполняемых родителями в жизни ребенка.

Выводы: Для проверки, поставленной нами гипотезы, нами был подобран диагностический материал, направленный на диагностику компонентов психологической компетентности родителей. Мы изучили, особенности общения родителей с детьми, особенности отношения родителей к детям, особенности родительских установок, все это составило три компонента психологической компетенции – мотивационно-волевой, когнитивный и рефлексивный.

Характеристика психологической компетентности родителей, по итогам исследования, представлена низким уровнем. Родители не испытывают интереса к общению с ребенком в социальной, досуговой, игровой, бытовой, по-

знавательной деятельности. Это указывает на низкую мотивацию родителей и выражает в их отношении, родители испытывают раздражительность, а отношение к детям характеризуется отвержением. Родителям не хватает знаний об особенностях детского развития и собственной роли в развитии ребенка, это негативно сказывается на становлении личности ребенка. Рассматривая родительские установки, становится понятно, что родителями не осознается значение детско-родительских отношений в развитии ребенка. Изучая рефлексивный компонент, мы отметили, что родители авторитарны по отношению к детям и раздражительны. Это указывает на отсутствие педагогических и воспитательных компетенций у родителей.

В виду этого нами была определена актуальная потребность в разработке технологии формирования психологической компетентности родителей.

2.3. Содержание технологии развития психологической компетентности родителей в условиях дошкольного учреждения

С целью формирования психологической компетентности родителей нами была разработана технология развития психологической компетентности родителей «Шаги навстречу». Мероприятия по реализации технологии осуществлялись в рамках деятельности ФМАОУ СОШ № 14 –детский сад № 24 «Умка», город Серов.

Цель учреждения: Создание условий развития ребенка дошкольного возраста открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности; на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей. В рамках указанной цели, дошкольному учреждению была предложена составленная нами технология развития психологической компетентности родителей «Шаги навстречу».

Актуальность технологии. Современные проблемы семьи как социального института, экономическое неблагополучие многих семей с детьми, кризисные семейные ситуации, отсутствие знаний о воспитании и развитии ребенка нарушают благоприятные условия развития ребенка и порождают социальное сиротство, безнадзорность детей, жестокое обращение с детьми, что становится фактором снижения психологической компетентности родителей.

Значимым фактором предупреждения неблагополучия детей может стать формирование психологической компетенции через: практику ответственного родительства, где в основе заложено сознательное отношение к воспитательному процессу и выстраивание диалоговых отношений с ребенком, информирование об особенностях детского развития, развитие рефлексии родителя о выборе собственной воспитательной стратегии и ее влиянии на ребенка.

Методологическим основанием для разработки технологии являются работы ведущих специалистов в области семейной психологии А.Я. Варга, О.А. Карабановой, Г.А. Навайтис, Р.В. Овчаровой, А.С. Спиваковской, Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юцискиса.

Цель данной технологии: формирование компонентов психологической компетентности родителей: когнитивного и рефлексивного, как метод охраны психологического здоровья ребенка.

Задачи:

1. Повышение психологической культуры родителей;
2. Развитие способности родителей к принятию себя и своего ребенка таким, какой он есть;
3. Повышение толерантности и стабильности личности родителя;
4. Развития навыков взаимодействия с ребенком и другими членами семьи;
5. Развитие рефлексии – осознание своих переживаний, чувств, поступков;
6. Развитие интернальности – принятие ответственности за свои действия.

Предполагаемые результаты программы: расширение родительских компетенций, формирование ответственного отношения к родительству, принятие себя в роли родителя, формирование целостности самосознания родительства.

Критерии результативности:

1. Изменение деструктивных родительских установок о семейном воспитании.
2. Изменения родительского отношения к ребенку, как фактор получения знаний об особенностях детского развития, методах сохранения психологического здоровья ребенка.

План технологии:

1 модуль – «Я-родитель»

2 модуль – «Ответственное родительство»

Основные формы: психологический тренинг, консультации, лекции и другое.

Таблица 3. Учебно- тематический план технологии развития психологической компетентности родителей «Шаги навстречу»

№	Содержание	Теорет. часы	Прак т. часы
I. Модуль –«Я-родитель»			
<i>Первый блок «Все мы родом из детства...» направлен на проработку эмоционального компонента личностной зрелости родителей. Построен как цен-трация на взаимоотношениях с собственными родителями, отреагирование своих негативных детских переживаний, расшифровка жизненного сценария.</i>			
1	Тема № 1. «Знакомство» Цель: знакомство, узнавание и запоминание имен, создание атмосферы доверия, получение информации друг о друге, выяснение ожиданий, пробуждение интереса к тренингу, формирование мотивации на личност-ные изменения.	0,5	2
2	Тема № 2. «Обращение к внутреннему ребенку»	0,5	2

	Цель: создание атмосферы доверия, сплочение группы, актуализация собственного детского опыта, проживание негативных чувств и детских обид, общение с «внутренним ребенком», поиск внутренних ресурсов.		
3	Тема № 3. «Встреча с родителями» Цель: проживание негативных чувств по отношению к своим родителям, осознание жизненного сценария, формирование чувства принятия и доверия в группе.	0,5	2
4	Тема № 4. «О доверии» Цель: активизация групповой динамики, проработка конфликтных отношений между участниками, установление отношений доверия и принятия.	0,5	2
<i>Второй блок «Принятие авторства собственной жизни» направлен на проработку когнитивного компонента личностной зрелости родителей. Построен как исследование своего жизненного стиля и становления личности субъектом собственной жизни. В этом блоке занятий основной акцент делается на развитии ответственности участников по отношению к своей жизни, воспитанию детей, супружеским и семейным отношениям.</i>			
5	Тема № 5. «Кто я» Цель: самопознание, формирование позитивной «Я-концепции», повышение компетентности в решении трудных ситуаций межличностного общения.	0,5	1,5
6	Тема № 6. «Чего я хочу» Цель: прояснение ценностно-мотивационной сферы личности и ее развитие, выбор жизненного курса.	0,5	1,5
II. Модуль – «Ответственное родительство»			
<i>Третий блок «Навыки взаимодействия» включает формирование навыков эффективного межличностного взаимодействия: умение говорить о своих чувствах, навык активного слушания, умение решать конфликты по типу «выиграть-выиграть», говорить на «языке принятия».</i>			
7	Тема № 7. «Принять себя - принять ребенка» Цель: осознание своих внутренних запретов, формирование ощущения внутренней свободы и уверенности. Содержание занятия	0,5	1,5
8	Тема № 8. «Урок общения» Цель: формирование навыков эффективной коммуникации для разрешения проблем.	0,5	1,5
9	Тема № 9. «Решаем конфликт» Цель: закрепление навыков эффективной коммуникации в трудной ситуации, знакомство с методом разрешения конфликта и установления отношений сотрудничества.	0,5	1,5
<i>Четвертый блок «Знание – это новые возможности» включает повышение психологической культуры родителей.</i>			

10	Тема № 10. «Возрасты жизни» Цель: ознакомление родителей с возрастной периодизацией и с содержанием возрастных периодов, а также понятием с возрастной кризис.	0,5	1,5
11	Тема № 11. «Игра» Цель: ознакомление родителей с возможностями игры и влиянием игровой деятельности в развитие ребенка, дать понятие о развивающей игровой среде, обучить навыкам игровой деятельности и способам разрешения конфликтов в игре.	0,5	1,5
12	Тема № 12. «Свободное время в кругу семьи» Цель: научить родителей целенаправленно использовать свободное время.	0,5	1,5
13	Тема № 13. «Общение ребенка с другими детьми». Цель: познакомить родителя с наиболее распространенными трудностями в общении детей между собой.	0,5	1,5
14	Тема № 14. «Агрессия» Цель: обучить родителей навыкам преодоления агрессивных состояний.	0,5	1,5
15	Тема № 15. «Наказание и поощрение». Цель: раскрыть приемы конструктивной критики.	0,5	1,5
16	Тема № 16. «Отношения между супругами и другими взрослыми в семье». Цель: расширить представление родителей о влиянии семьи на становлении личности ребенка.	0,5	1,5
17	Тема № 17. «Развод и другие потери». Цель: обучить способам преодоления кризисных ситуаций.	0,5	1,5
18	Тема № 18. «Собираемся в дорогу» Цель: подведение итогов тренинга, создание настроения на реализацию и принятие активной жизненной позиции, наполнение «душевной копилки» дарами тепла, принятия и одобрения.	0,5	1,5
Четвертый блок «Разработка личного жизненного плана». В этом блоке представлены домашние задания для занятий.			
Итого: 36 часов		9	27

Чтобы оценить эффективность предложенной технологии, по завершению коррекционно-развивающих занятий необходимо провести повторное диагностическое исследование, результаты которого мы представили в следующем параграфе.

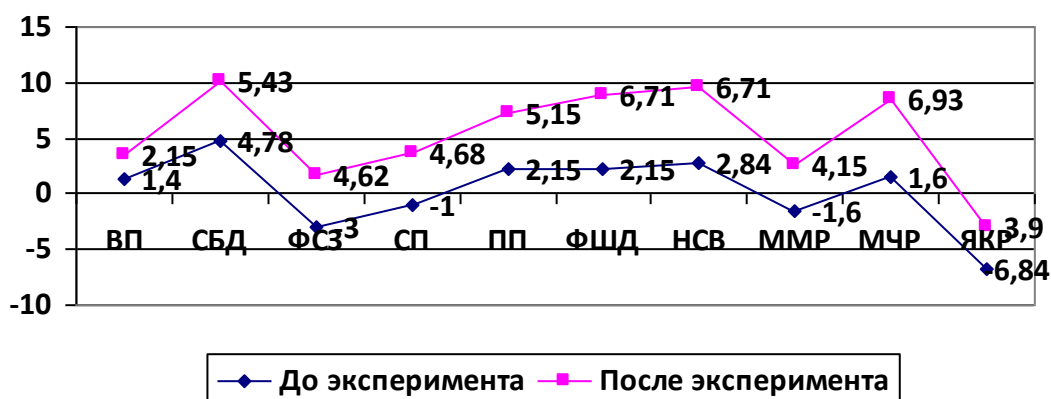
2.4. Анализ эффективности технологии развития психологической компетентности родителей

По результатам апробации технологии, нами была реализована повторная диагностика компонентов психологической компетентности родителей. Ознакомимся подробнее с полученными данными.

С целью проведения формирующего эксперимента выборка родителей была поделена на контрольную и экспериментальную группу. На экспериментальной группе проводилась реализация технологии.

Рассмотрим изменение показателей особенности общения родителей с ребенком, с помощью опросника ОСОР-В. Полученные данные представлены далее на диаграмме 4 нами продемонстрированы особенности средних значений по шкалам общения родителя с ребенком, по результатам апробации технологии.

Диаграмма № 4 Результаты средних значений по показателям общения родителей с ребенком до и после проведения программы



Рассмотрим сферу быта. Произошло изменение в показателях средних значений ФСЗ (4,62) это указывает на то, что потребность общения при ситуативных занятиях с ребенком удовлетворяется. Родители планируют совместный отдых с ребенком, общаются с ребенком во время игр, обучающих занятий. Таким образом, анализируя в целом шкалы бытовой сферы, мы понимаем, что родители в целом заботятся о потребностях ребенка, физи-

ческих и духовных, сопровождают ребенка как в биологическом развитии, так и в личностном, передавая ему необходимые знания.

В сфере познания также произошел ряд изменений. Рассматривая средние значения показателя содержания познания (4,62), мы отметили высокий уровень общения родителя с ребенком по данной шкале. Родители занимаются домашним обучением своих детей, рассказывают им о писателях, об изменениях в природе, об устройстве человека, растениях и животных. Изучая, собственно процесс познания, мы обнаружили высокие значения по шкале (4,68), что свидетельствует о том, что в общении удовлетворяется потребность ребенка в познании. Таким образом, анализируя шкалы сферы познания, мы можем сказать, родители выполняют функцию педагогов и воспитателей, понимают важность когнитивного компонента в развитии ребенка, и готовы обучать своих детей.

Сфера социального мира. Особенности формальной дошкольной действительности в общении с ребенком удовлетворены в высокой степени (6,71). Родители расспрашивают ребенка об его успехах и неудачах в детском саду. Показатели средних значений шкалы норм социального взаимодействия находятся на высоком уровне (6,59), что указывает на то, что родители в общении с ребенком стремятся прививать ему нормы и правила поведения в обществе.

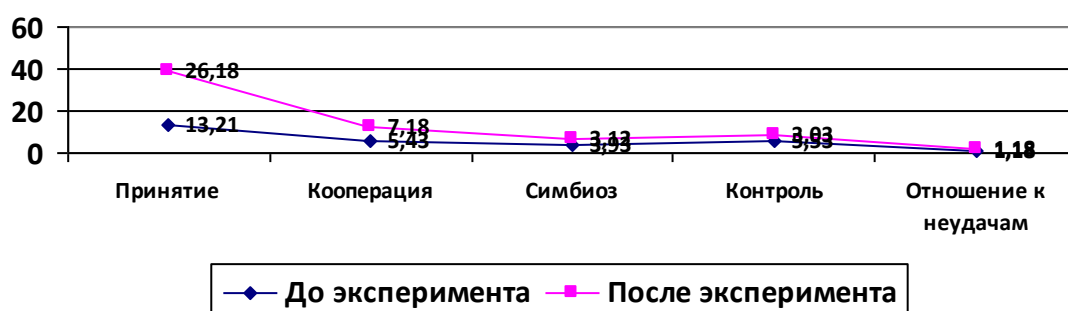
Рассмотрим изменение показателей по шкалам сферы внутреннего мира ребенка. Шкала мир мыслей ребенка демонстрирует высокий уровень средних значений (4,15) - родители стали проявлять интерес и инициативу к мыслям ребенка, его мнению, взглядам и решениям. Очень важным для них стал мир чувств ребенка (6,93) и в общении они уделяют внимание этому: расспрашивают ребенка о его переживаниях, настроении об отношении к другим людям и делам. Такие изменения, повлекли изменения к отношению общения с личностью ребенка, по шкале Я-концепция ребенка, мы наблюда-

ем высокие показатели (3,79), что свидетельствует о том, что в общении появилось обсуждение развития ребенка.

Исследуя показатели общения родителей с ребенком, как мотивационно-волевого компонента психологической компетентности, мы определили, что по итогам реализации программы формирующего эксперимента, общение с ребенком стало включать в себя: потребность в родительском сопровождении, внимании, в родительском интересе, потребности в получении знаний от родителей, потребности в передаче моделей социального поведения, потребности в обеспечении охраны здоровья ребенка, посредством общения с ним о безопасности и правилах гигиены. В общении отражается, что родители теперь выполняют не только функцию воспитателя, как было ранее, но выполняют теперь и функцию педагога, а также дают самое важное ребенку – родительский интерес и любовь.

Далее нами были изучены особенности родительского отношения к ребенку, с помощью методики ОРО. Результаты на диаграмме 6. Продемонстрированы особенности показателей родительского отношения к ребенку, по итогам формирующего эксперимента.

**Диаграмма № 6 Показатели средних значений
родительского отношения до и после проведения
программы**



Мы видим изменение отношения родителя к ребенку - родительское отношение выражено в принятии ребенка. Родители, как стиль воспитательной стратегии выбрали сотрудничество с ребенком (7,18), при этом отказавшись от излишнего контроля (3,03).

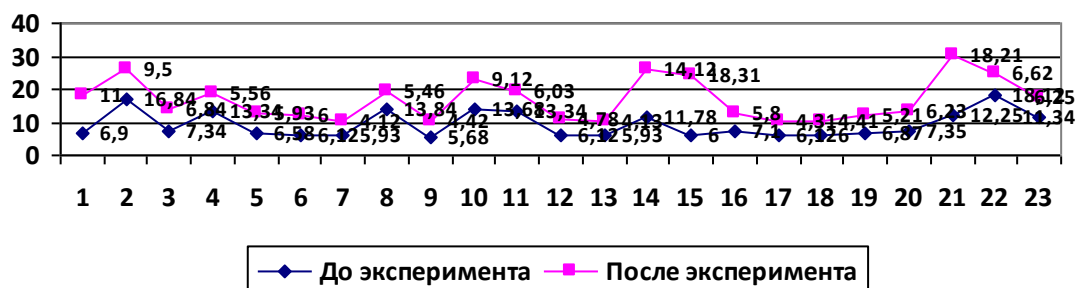
Итак, рассматривая мотивационно-волевой компонент психологической компетентности родителей, по итогам формирующего эксперимента, мы понимаем, что у родителей экспериментальной группы появилась мотивация к общению с ребенком в различных сферах деятельности, ими было применено волевое усилие по коррекции собственных воспитательных стратегий. Такие изменения, мы полагаем, произошли, в результате полученных знаний о детском развитии, и работе с рефлексивным компонентом у родителей. Таким образом, мотивационно-волевой уровень, как компонент психологической компетентности, выражен в высоком уровне, поскольку родители в своей деятельности демонстрируют интерес к ребенку, ими проявлена готовность к реализации полученных знаний о детском воспитании на практике.

Рассмотрев направленность родительской мотивации, как фактора психологической компетентности, мы перешли к оценке изменений когнитивного компонента, собственно, над которым в основном и была проведена работа в программе.

Характеризуя особенности отношения родителей к ребенку (см. диаграмма 6), через призму когнитивного компонента психологической компетентности родителей, мы понимаем, что родители получили знания о стилях воспитания и их влияния на развитие ребенка, в результате чего ими была изменена собственная воспитательная стратегия, с позиции контроля на позицию кооперации.

Далее, нами были изучены особенности родительских установок с помощью методики PARI и представлены на диаграмме 7 изображены особенности родительских установок в отношении воспитания и взаимодействия с ребенком в экспериментальной группе, по итогам апробации программы

**Диаграмма №7 Средние значения показателей
родительских установок до проведения и после проведения
программы**



* Показатели родительских установок в отношении воспитания и взаимодействия с ребенком по методики PARI:

- | | |
|--------------------------------------|---|
| 1. Вербализация; | 13. Неудовлетворенность ролью хозяйки; |
| 2. Чрезмерная забота; | 14. Партнерские отношения; |
| 3. Зависимость от семьи; | 15. Развитие активности ребенка; |
| 4. Подавление воли; | 16. Уклонение от конфликта; |
| 5. Ощущение самопожертвования; | 17. Безучастность мужа; |
| 6. Опасение обидеть; | 18. Подавление либидо; |
| 7. Семейные конфликты; | 19. Доминирование матери; |
| 8. Раздражительность; | 20. Чрезвычайное вмешательство в мир ребенка; |
| 9. Излишняя строгость; | 21. Уравнение отношения; |
| 10. Исключение вне семейных влияний; | 22. Стремление ускорить развитие ребенка; |
| 11. Сверхавторитет родителей; | 23. Несостоятельность матери. |
| 12. Подавление агрессивности | |

Рассматривая родительской портрет данной группы по шкалам, мы можем сказать, что отношение к семейной роли у родителей изменилось: они менее авторитарны, и зависимы от детей. Таким образом, родители выбрали

адекватную родительскую стратегию, благодаря которой отношения с ребенком уравнены.

Изменились особенности эмоционального контакта с ребенком: родители стали менее раздражительны по отношению к детям, большее внимание уделяют развитию активности ребенка.

Оценивая изменения уровня концентрации на ребенке, мы отметили, что родители стали не так чрезмерно о нем заботиться. Снизилась потребность в ускоренном развитии ребенка. Наряду с показателями адекватного отношения к либидо ребенка, и его агрессивности, мы понимаем, что в семьях придерживаются гармоничных воспитательных установок, где поощряются развитие, самостоятельность, собственные желания ребенка, а требования и взгляды родителей на развитие ребенка отходят на второй план.

Рассматривая установки родителей о детско-родительских отношениях, как показатель когнитивного компонента психологической компетентности родителей, мы обнаружили, полученные знания о воспитательных стратегиях, знания об особенностях взаимодействия с ребенком, знания об особенностях его развития и влияния детско-родительских отношений на развитие ребенка, позволило родителям пересмотреть собственные установки в отношении воспитания детей.

Объединяя полученные данные, мы заключаем высокий уровень когнитивного компонента психологической компетентности родителей экспериментальной группы, по итогам формирующего эксперимента.

Последними нами были изучены изменения рефлексивного компонента, в который входят: отношение к ребенку и установки родителей о воспитании ребенка. Рефлексия родителей показывает, что родительское отношение выражено в принятии ребенка (см. диаграмма 6), эмоциональный контакт характеризуется отсутствием раздражительности по отношению к ребенку (см. диаграмма 7). Осознанность собственных эмоций по отношению к ребенку, позволила родителям улучшить детско-родительские отношения. Мы харак-

теризуем рефлексивный компонент на высоком уровне у родителей экспериментальной группы, по итогам апробации программы.

Таким образом, проанализировав мотивационно-волевой, когнитивный и рефлексивный компоненты родительской выборки, мы заключаем, что полученные в период посещения разработанной нами программы знания, техники эмоционального контроля, методы воспитательных стратегий, позволили родителям повысить в целом уровень собственной психологической компетентности. Для того чтобы понять, насколько статистически значимы показатели изменений компонентов психологической компетентности, мы обратились к методам математической статистики.

Оценка динамики в экспериментальной группе

Нами была проведена проверка различий между группами, с помощью математического критерия Т-Стьюдента, для связанных выборок.

Критические значения при $n=32$

$t_{кр}$	
$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$
2.04	2.74

Расчет значимости совершался по уровню $p=0.01$

Нами были обнаружено следующее изменение показателей:

Таблица 4. Значение показателей Т-Стьюдента в экспериментальной группе

Шкала	Среднее значение до эксперимента	Среднее значение после эксперимента	Критическое значение Т	Значимость изменений
Удовлетворение витальных потребностей	1,4	2,15	4,4	Ст. значимые
Ситуативно-бытовых действий	2,78	5,43	2,2	В зоне неопределенности
Формальных совместных занятий	-3	4,62	19,1	Ст. значимые

Содержания познания	-1	4,68	29,4	Ст. значимые
Процесс познания	-2,03	5,15	28,8	Ст. значимые
Формальной дошкольной действительности	2,15	6,71	21,7	Ст. значимые
Социальное взаимодействие	2,84	6,59	16,3	Ст. значимые
Мысли ребенка	-1,6	4,15	36,1	Ст. значимые
Чувства ребенка	1,6	6,93	23,1	Ст. значимые
Я-концепция	-6,84	3,9	41,3	Ст. значимые
Принятие	13,21	26,18	6,7	Ст. значимые
Кооперация	5,43	7,18	6	Ст. значимые
Контроль	5,53	3,03	10,9	Ст. значимые
Вербализация	6,9	11	11,7	Ст. значимые
Чрезмерная забота	16,84	9,5	14,1	Ст. значимые
Подавление воли	13,34	5,56	14,1	Ст. значимые
Раздражение	13,84	5,46	22	Ст. значимые
Сверхавторитет родителей	13,34	6,03	15,2	Ст. значимые
Развитие активности ребенка	6	18,31	19,5	Ст. значимые
Уравнение отношения	12,25	18,21	54,3	Ст. значимые
Стремление ускорить развитие ребенка	18,12	6,62	35,9	Ст. значимые
Несостоятельность матери	11,34	6,25	18,9	Ст. значимые

Таким образом, мы определили, что в экспериментальной группе родителей, произошла динамика компонентов психологической компетентности, в результате апробации программы в условиях дошкольного учреждения. По итогам у родителей произошло формирование когнитивного компонента: они получили информацию по вопросам детского развития, сохранения психологического здоровья ребенка, о стилях воспитания и влияния детско-родительских отношений на развитие ребенка. В результате этого у родителей изменились их установки в отношении воспитания детей, произошло изменение отношение к ребенку. Также нами была проведена работа, направ-

ленная на осознанность родительской позиции, в результате этого у родительской группы был сформирован рефлексивный компонент психологической компетентности, родители осознали собственное отношение к детям, выявили деструктивные эмоции и смогли их изменить. Кроме того, мы отметили динамику мотивационно-волевого компонента, родители стали более активными во взаимодействии со своими детьми, также изменилось их отношение к детям. В результате этого нами было сформулировано второе гипотетическое предположение, о том, что мотивационно-волевой компонент психологической компетентности зависит от когнитивного и рефлексивного компонентов.

Данное гипотетическое предположение было проверено нами с помощью критерия Спирмена. Расчет значимости совершался по уровню $p=0.01$

Критические значения для $N = 32$

N	p	
	0.05	0.01
32	0.36	0.45

Компонент общения «витальные потребности ребенка» взаимосвязан с компонентом отношения к ребенку – «принятие» (Результат: $r_s = 0,49$). Общение в быту взаимосвязано с установками о вербализации (Результат: $r_s = 0,46$). Низкие показатели уклонения от контакта взаимосвязаны с общением о мыслях ребенка (Результат: $r_s = 0,49$) и с общением о чувствах ребенка (Результат: $r_s = 0,51$). Низкий уровень семейных конфликтов связан с высокими показателями общения о мыслях ребенка (Результат: $r_s = 0,54$), и чувствах ребенка (Результат: $r_s = 0,49$). Показатель Я-концепции ребенка взаимосвязан с высоким показателем развитие активности ребенка (Результат: $r_s = 0,52$) и низким показателем стремления к ускоренному развитию (Результат: $r_s = 0,56$).

Показатель интернальности взаимосвязан с шкалами «кооперации» (Результат: $r_s = 0,72$) и низким уровнем контроля, как родительского отношения

(Результат: $r_s = 0,47$). Низкий показатель «чрезмерная забота» взаимосвязан с показателем «кооперация» (Результат: $r_s = 0,53$). Низкий показатель «контроля» связан с низким показателем «подавление воли»

(Результат: $r_s = 0,49$).

Таким образом, мы видим, что изменение рефлексивного и когнитивного компонентов психологической компетентности оказывает влияние на изменение мотивационного компонента.

Оценка общей эффективности исследовательской деятельности

Рассмотрим особенности показателей средних значений в контрольной и экспериментальной группе, по итогам формирующего эксперимента.

Нами была произведена оценка различий средних значений в контрольной и экспериментальной группе, с помощью критерия Т-Стьюдента, для несвязных выборок.

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
1.99	2.65

Таблица 5. Сравнение средних значений по результатам формирующего эксперимента в контрольной и экспериментальной группах

МЕТОДИКА ОСОР-В										
Показатели*	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10
КГ	1,45	4,9	2,12	1,9	1,6	5,6	5,2 8	2,46	5,59	-2,6
ЭГ	2,15	5,43	4,62	4,68	5,15	6,71	6,5 9	4,15	6,93	3,9
Ткр	2,72	1,6	3,06	2,74	2,72	1,6	1,2	2,64	2,66	3,2

Показатели*:

1. Удовлетворение витальных потребностей
2. Ситуативно-бытовых действий
3. Формальных совместных занятий

4. Содержания познания
5. Процесс познания
6. Формальной дошкольной действительности
7. Социальное взаимодействие
8. Мысли ребенка
9. Чувства ребенка
10. Я-концепция

Таблица 6. Сравнение средних значений по результатам формирующего эксперимента в контрольной и экспериментальной группах

МЕТОДИКА ОРО					
	Принятие	Кооперация	Симбиоз	Контроль	Отношение к неудачам
КГ	26,6	7,34	3,84	3,21	1,15
ЭГ	26,18	7,18	3,125	3,031	1,18
Ткр	1,54	1,30	1,45	1,88	1,23

Таблица 7. Сравнение средних значений по результатам формирующего эксперимента в контрольной и экспериментальной группах

Методика PARI											
	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
КГ	6,9	13,34	6,84	11,28	5,68	12,9 3	5,93	6,12	5,93	11,78	13,34
ЭГ	11	9,5	9,5	5,56	6,71	13,6 8	6,56	5,46	6,43	6,87	6,03
Т ЭМП.	2,65	2,72	2,74	2,64	1,6	1,2	1,8	0,35	0,67	2,78	2,74

Методика PARI											
12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.
5,65	5,96	11,65	13,56	13,31	5,68	5,75	6,87	7,25	12,37	14,5	6,21

6,12	6,25	12,09	18,31	5,87	6,12	6,06	6,31	6,93	18,21	6,62	6,25
0,65	1,2	3	2,68	3,64	1,4	1,66	0,78	1,25	2,65	2,72	1,25

* Показатели родительских установок в отношении воспитания и взаимодействия с ребенком по методики PARI:

- | | |
|--------------------------------------|---|
| 1. Вербализация; | 13. Неудовлетворенность ролью хозяйки; |
| 2. Чрезмерная забота; | 14. Партнерские отношения; |
| 3. Зависимость от семьи; | 15. Развитие активности ребенка; |
| 4. Подавление воли; | 16. Уклонение от конфликта; |
| 5. Ощущение самопожертвования; | 17. Безучастность мужа; |
| 6. Опасение обидеть; | 18. Подавление либидо; |
| 7. Семейные конфликты; | 19. Доминирование матери; |
| 8. Раздражительность; | 20. Чрезвычайное вмешательство в мир ребенка; |
| 9. Излишняя строгость; | 21. Уравнение отношения; |
| 10. Исключение вне семейных влияний; | 22. Стремление ускорить развитие ребенка; |
| 11. Сверхавторитет родителей; | 23. Несостоятельность матери. |
| 12. Подавление агрессивности | |

Итак, мы видим, что в сравнении с контрольной группой, в экспериментальной группе произошел ряд изменений, связанных с формированием психологической компетентности родителей. В общении родители экспериментальной группы уделяют большее внимание познавательным и физиологическим потребностям, также в большей степени они уделяют внимание чувственной сфере ребенка, его мыслям, и его личностному развитию. Родители стали принимать ответственность на себя за развитие ребенка, в виду этого общий уровень тревоги и напряженности стал значительно ниже. Произошел ряд изменений в родительских установках, свя-

занных с особенностями детского воспитания, с установками об эмоциональном контакте с ребенком. Родители экспериментальной группы демонстрируют более высокий уровень психологической компетентности, чем родители контрольной группы.

Таким образом, оценивая изменения в экспериментальной группе, в сравнении с контрольной группой, мы пришли к выводу о том, что достоверно точно, по итогам апробации программы, реализуется формирование психологической компетентности у родителей, в условиях дошкольного учреждения. Эффективность технологии представлена динамикой показателей когнитивного и рефлексивного компонентов, а также зависящего от них мотивационно-волевого компонента.

Выводы к главе

В данной главе представлена, разработанная нами технология развития психологической компетентности родителей «Шаги навстречу». По итогам исследования, мы обнаружили эффективность технологии, выраженную в развитии компонентов психологической компетентности: мотивационно-волевого, когнитивного, рефлексивного.

С изменением уровня психологической компетентности, родители в большей степени готовы взаимодействовать с ребенком, их отношение к ребенку характеризуется принятием, доверием, равным отношением. Их знания о детском развитии позволяют сохранять психологическое здоровье ребенка, относится к трудностям во взаимодействии с ребенком как к временному явлению и быть подготовленными к ним. Знания по семейной психологии, позволили родителям изменить установки и стиль родительского воспитания на адекватный для благоприятного развития ребенка.

Таким образом, реализованная нами технология развития психологической компетентности родителей «Шаги навстречу» является эффективной и достигает цели формирования психологической компетентности родителей в условиях дошкольного учреждения.

Заключение

Изучение проблемы исследования показало, что использование психологических технологии работы с семьей становится все более востребованной и обществом, и самими родителями. Психологическая технология — это эффективный инструмент повышения психологической компетентности родителей, позволяет проводить работу системно и помогает психологу дошкольной организации внести заметный вклад в развитие ребенка как полноценной личности.

Психологическая компетентность по-разному понимается авторами. Изучается влияния семьи и семейных отношений на развитие личности ребенка. Исследователи отмечают, что именно высокий уровень психологической компетентности родителей поможет им избежать ошибок в воспитании детей.

Целью нашего исследования было выявить возможность формирования психологической компетентности родителей в дошкольном учреждении с использованием психологической технологии. На основании цели нами были выдвинуты гипотезы о том, что психологическая компетентность родителей имеет низкий уровень и эффективное формирование психологической компетентности родителей в дошкольном учреждении возможно с опорой на психологические технологии.

Данном исследовании мы опирались на понятие «психологическая компетентность родителей», которая характеризуется как система знаний, умений, навыков и опыта в области воспитания ребенка, готовность и способность родителя ответственно решать жизненно важные для семьи проблемы.

Проанализировав исследования, связанные с психологической компетентностью родителей, мы предложили модель структуры психологиче-

ской компетентности родителей, которая содержит три основных компонента: мотивационно-волевой, когнитивный и рефлексивный.

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

Родителям не хватает знаний по вопросам психологии развития в дошкольном периоде, вопросам семейной психологии, в частности видов стратегий воспитательной позиции и их влияния на развитие ребенка, особенностей эмоционального развития дошкольника и влияния детско-родительских отношений на развития ребенка в дошкольном возрасте, ролей исполняемых родителями в жизни ребенка.

Эффективное формирование психологической компетентности родителей в дошкольных учреждениях возможно и целесообразно.

В рамках указанной цели, учреждению была предложена составленная нами технология развития психологической компетентности родителей «Шаги навстречу».

Целью данной технологии стало формирование компонентов психологической компетентности родителей: когнитивного и рефлексивного, как метод охраны психологического здоровья ребенка.

По итогам исследования, мы обнаружили эффективность технологии, выраженную в развитии компонентов психологической компетентности: мотивационно-волевого, когнитивного, рефлексивного.

С изменением уровня психологической компетентности, родители в большей степени готовы взаимодействовать с ребенком, их отношение к ребенку характеризуется принятием, доверием, равным отношением. Их знания по семейной психологии позволили родителям изменить установки и стиль родительского воспитания на адекватный для благоприятного развития ребенка.

Таким образом, реализованная нами технология развития психологической компетентности родителей «Шаги навстречу» является эффективной и достигает цели формирования психологической компетентности родителей в условиях дошкольного учреждения.

Список использованной литературы

1. Афанасьева Т. М. Семья. — М., 1985.
2. Берне Р. Развитие «Я-концепции» и воспитание. — М., 1986.
3. Бурменская Г. В., Карабанова О. А., Лидере А. Г. Возрастно-психологическое консультирование. — М., 1990.
4. Валлон А. Психическое развитие ребенка. — М., 1967.
5. Варга А. Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. - СПб., 2001.
6. Варга А. Я. Структура и типы родительского отношения. - М., 1986.
7. Варга Д. Радости родительских забот. - М., 1983.
8. Винникот Д. В. Разговор с родителями. — М.: Независимая фирма «Класс», 1994.
9. Витакер К. Полночные размышления семейного терапевта. — М.: Независимая фирма «Класс», 1998.
10. Гурко Т. А. Вариативность представлений в сфере родительства // Социс, 2000. № 11.
11. Даринская В. М. Влияние личностных оценок и эмоционального состояния ребенка на раскрытие его творческого потенциала и развитие способностей // Семейная психология и семейная психотерапия. 2001. № 1.
12. Дементьева И. Ф. Семья и воспитание. Жизнедеятельность семьи: тенденции и проблемы. — М., 1990.
13. Дружинин В. Н. Психология семьи. — Екатеринбург, 2000.
14. Заслужнюк В. С, Семиченко В. А. Родители и дети. Взаимопонимание или отчуждение. — М., 1996.
15. Захаров А. И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. — М, 1996.
16. Иванов Д.А., Митрофанов К.Г., Соколова О.В. Компетентностный подход в образовании. Проблемы, понятия, инструментарий: учеб.-метод. пособие. М.: АПК и ППРО. 2005. - 187с.

17. Искольдский Н. В. Исследование привязанности ребенка к матери (в зарубежной психологии) // Вопросы психологии. 1985. № 6.
18. Кабанченко Е.А. Родительская компетентность как психологический феномен // Научный форум: Педагогика и психология: сб. ст. по материалам III междунар. науч.-практ. конф. - № 1(3). - М., Изд. «МЦНО», 2017. – 176с.
19. Коломийченко, Л.В. Я – компетентный родитель: программа работы с родителями дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2013.- 128с.
20. Ковалев С. В. Психология семейных отношений. — М., 1987.
21. Ковалев С. В. Психология современной семьи. — М., 1988.
22. Кован Ф. А., Кован К. П. Взаимоотношения в супружеской паре; стиль родительского поведения и развитие 3-летнего ребенка // Вопросы психологии. 1989. № 4.
23. Компетентные родители. Все о развитии и воспитании детей для думающих и заботливых взрослых. Журнал «Психология» №1, 2016.
24. Кон И.С. Ребенок и общество. Учеб. пособие для студентов высших учеб. заведений. — М.: Академия, 2003. — 336 с.
25. Крылова Н.Б. Формирование культуры будущего специалиста. – М.: Высш. шк., 1990. – 142 с.
26. Крен В. Ю. Функциональные роли родительства. — М., 2001.
27. Кузьмин А. И. Концептуальные подходы к исследованию жизнедеятельности семьи // Семья в России. 1996. № 1.
28. Кэмпбелл Р. Как на самом деле любить детей. - М., 1992.
29. Кузьмина, Н.В. Профессионализм педагогической деятельности /
30. Н.В. Кузьмина, А.А. Реан. – СПб., 1993.
31. Ловцова Н. И. Три понятия системной теории семьи по Дэвиду Олсону. // Семья. Дети. Общество. Анализ отношений и образовательных программ. — Саратов, 1994.
32. Майерз Р. Пора детства: к созданию равных возможностей развития детей. - М., 1992.

- 33.Макаренко А. С. Книга для родителей. - М., 1968.
- 34.Меныдугин В. П. Помощь молодой семье: заметки психолога. — М., 1987.
- 35.Мещерякова С. Ю. Психологическая готовность к материнству // Вопросы психологии. 2000. № 5.
- 36.Милюкова Е. В. К вопросу о переживании родительской любви // Сборник научных трудов: психологическое сопровождение личности в педагогическом процессе. Ч. 2. — Курган, 2002.
- 37.Минина А.В. Структура и содержание педагогической компетентности родителей в воспитании самостоятельности у детей дошкольного возраста / Образование. Наука. Инновации: Южное измерение. Ростов-на-Дону: ИПО ЮФУ. 2013. С. 93–98. Минина А.В. Повышение педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания самостоятельности у детей // Наука и образование XXI века: сб. ст. Межд. науч.-практ. конф. 31 мая 2013 г. В 5 ч. Ч. 3. Уфа: РИЦ БГУ, 2013. С. 97–100.
- 38.Митин Н.А. О различении понятий «компетенция» и «компетентность. // журнал «Молодой ученый» № 3 (49) Март 2010
- 39.Мясищев В. Н. Психология отношений: Избранные психологические труды. — М.: Воронеж, 1995.
- 40.Нарциссов Р. П. О материнстве. — Пущино, 1985.
- 41.Немов Р. С. Основы психологического консультирования. - М., 1999.
- 42.Нечаев Н.Н.; Резницкая Г.И. Формирование коммуникативной компетенции как условие становления профессионального сознания специалиста // Вестник УРАО. 2002. №1. С. 3-21.
- 43.Обухова Л. Ф., Шаграева О. А. Семья и ребенок: психологический аспект детского развития. - М., 1999.
- 44.Общая психодиагностика / Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Сталина. — М., 1987.
- 45.Овчарова Р. В. Психологическое сопровождение родительства. - М.:

- Изд-во Института Психотерапии, 2003. - 319 с.
46. Овчарова Р.В. Родительство как психологический феномен: учебн. пособие – М.: 2006.
 47. Овчарова Р. В. Семейная академия: вопросы и ответы. - М., 1996.
 48. Овчарова Р. В. Семья как воспитательный микросоциум // Сборник научных трудов: Психологическое сопровождение личности в педагогическом процессе. Ч. 2. — Курган, 2002.
 49. Овчарова Р. В. Справочная книга социального педагога. - М., 2001.
 50. Овсянникова, Е.А. Психологическая культура родителей как условие развития родительской идентичности [Э/р]. – Р/д: http://www.rusnauka.com/ONG/Psihologia/9_ovsjanikova%20e.a.doc.htm
 51. Павлов Б. С. Матери. Отцы. Дети. - М., 1985.
 52. Пезешкиан Н. Позитивная семейная психотерапия. — М., 1994.
 53. Петровский В. А., Полевая М. В. Отчуждение как феномен детско-родительских отношений // Вопросы психологии. 2001. № 1.
 54. Петровская Л.А. Общение, компетентность, тренинг. Избранные труды. – М.: «Смысл», 2007 - 387с.
 55. Психологическое сопровождение семьи: Материалы II Регионального съезда психологов / Науч. ред. Р. В. Овчарова. - Курган, 2002.
 56. Психолого-педагогическое сопровождение субъектов образования/ Адушкина К.В., Лозгачёва О.В. – Екатеринбург, 2017. 166 с.
 57. Развитие ребенка / Под ред. В. Н. Берестовой. - СПб., 2000.
 58. Рахматшаева В. А. Грамматика общения. — М., 1996.
 59. Ричардсон Р. У. Силы семейных уз. — СПб, 1994.
 60. Саймон Р. Один к одному: Беседы с создателями семейной терапии / Пер. С англ. Н.М. Падалко. - М.: Независимая фирма «Класс», 1996.
 61. Сатир В. Как строить себя и свою семью. — М., 1992.
 62. Семья в психологической консультации. Опыт и проблемы психологического консультирования / Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. — М., 1989.

- 63.Смирнова Е. О., Быкова М. В. Опыт исследования структуры и динамики родительского отношения // Вопросы психологии. 2000. № 3.
- 64.Соколова В. Н., Юзефович Г. Я. Отцы и дети в меняющемся мире. — М., 1991.
- 65.Спиваковская А. С. Как быть родителями? — М., 1986.
- 66.Спиваковская А. С. Психотерапия: игра, детство, семья. — М., 2000.
- 67.Содержании и организация образовательного процесса в детском саду в условиях перехода к ФГОС ДО. / Материалы второй Всероссийской научно-практической конференции. – СПб., 2015. – 344 с.
- 68.Семья в психологической консультации. Опыт и проблемы психологического консультирования / Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина; Науч.- исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР.-М.; Педагогика, - 1989.-208 с.
- 69.Филиппова Г. Г. Материнство и основные аспекты его исследования в психологии // Вопросы психологии. 2001. № 2.
- 70.Филиппова Г. Г. Материнство: сравнительно-психологический подход // Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 5.
- 71.Фромм А. Азбука для родителей. - Л., 1991.
- 72.Хямяляйнен Ю. Воспитание родителей: Концепции, направления и перспективы: Книга для воспитателей детского сада и родителей. — М., 1993.
- 73.Черников А. В. Интегративная модель системной семейной психотерапии // Семейная психотерапия. Приложение к журналу. — М., 1997.
- 74.Хуторской А.В., Хуторская Л.Н. Компетентность как дидактическое понятие: содержание, структура и модели конструирования // Проектирование и организация самостоятельной работы студентов в контексте компетентностного подхода. Тула: Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л.Н. Толстого, 2008. С. 117–137.
- 75.Хуторской А.В. Педагогическая инноватика: методология, теория, практика. М.: УНД-ДО. 2005, - 222с.

- 76.Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. - М., 2000.
- 77.Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. В. Психология и психотерапия семьи. — СПб., 2000.
- 78.Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии. Методическое пособие. /Серия «Психодиагностика: педагогу, врачу, психологу. Вып. 1. Под общей редакцией д.м.н., Л.И. Вассермана М.: «Фолиум», 1996.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ

Нам очень важно знать ваши пожелания относительно работы психологической службы нашей дошкольной организации

Вам предлагается несколько вариантов ответа на каждый вопрос или необходимо вписать свой вариант.

1. Ваш возраст _____,
2. Пол _____,
3. Какую помощь вы бы хотели получить от психолога? Если да, то какую?

4. Готов(а) участвовать в программе в рамках психологического обучения и просвещения (отметьте нужное):
 - Да;
 - Нет.
5. Какие формы работы психолога с родителями могут быть полезны для вас (отметьте нужное):
 - круглый стол,
 - родительские собрания,
 - психологические тренинги,
 - родительские лектории,
 - письменный телефон доверия,
 - психолого- педагогические консультации
 Ваш вариант _____
6. Сколько времени вы готовы выделить на совместную работу с психологом (отметьте нужное):
 - 1 час в неделю,
 - 2 часа в неделю,
 - 3 часа в неделю,
 - ваш вариант

7. Как часто вы можете посещать совместные занятия с психологом (отметьте нужное):

- 1-2 раза в неделю,
 - 1 раз в две недели,
 - 1 раз в месяц,
 - согласен выполнять задания дома,
 - ваш вариант
-

8. На какие темы, интересующие Вас, вы бы хотели получить информацию? (отметьте нужное)

- Адаптация ребенка к условиям детского сада.
- Возрастные особенности ребенка в дошкольном детстве, кризисы и зоны ближайшего развития.
- Психологические особенности ребенка-дошкольника. Ведущая деятельность и новообразования дошкольного детства.
- Индивидуальные особенности дошкольников (Темперамент, Агрессивный ребенок, Беспокойный ребенок, Гиперактивный ребенок, Застенчивый ребенок, Ребенок со страхами, Тревожный ребенок, Упрямый ребенок и др.)
- Готовность ребенка к школе. (Психологическая готовность: интеллектуальная, мотивационная, волевая, коммуникативная, эмоциональная. Социальная готовность. Педагогическая готовность).
- Психология воспитания детей дошкольного возраста.
- Родительство, родительская любовь. (Феномен родительства, ценностные ориентации супругов (семейные ценности), родительские установки и ожидания, родительское отношение, родительские чувства, родительские позиции, родительскую ответственность, стиль семейного воспитания. Типы родительской любви и др.)
- Проблемы и трудности в детско-родительских отношениях.
- Семья и её влияние на ребенка. (Стили и типы семейного воспитания. Роли детей в семье. Негативные последствия конфликтов в семье для ребенка и др.)
- Ваш вариант _____

9. Занятия в рамках психологического обучения и просвещения будут более эффективными, если будут включать (отметьте нужное):

- включать в себя совместную работу детей и родителей;
- работа будет проводиться только с родителями.

10. Вести программу в рамках психологического обучения и просвещения должны (отметьте нужное):

- психологи-практики
- психологи, имеющие ученую степень
- студенты-психологи старших курсов

11. Оцените степень важности участия для Вас в программе психологического обучения и просвещения по 10 – бальной шкале:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

12. Обоснуйте, пожалуйста, свою оценку:

13. Закончите пожалуйста фразы:

- «Я хочу, чтобы в программе психологического обучения и просвещения было

_____»

- «Я хочу, чтобы психолог

_____»

- Ваши опасения (сомнения) по поводу проведения программы психологического обучения и просвещения:

14. На Ваш взгляд, программа психологического обучения и просвещения – это (подчеркните):

- Общение,
- Решение психологических проблем
- Приобретение психологических знаний, умений и навыков
- Веселое время провождение,
- Другое _____

15. В программе психологического обучения и просвещения я планирую (подчеркните):

- Быть активным участником
- Быть наблюдателем
- Не определился
- Другое _____

16. Для меня будут полезны и важны следующие результаты от программы психологического обучения и просвещения:

Благодарим Вас за ответы

**Программа развития психологической компетентности родителей
«Шаги навстречу»**

Автор-составитель: Мокишина О. Н., педагог-психолог ФМАОУ

СОШ № 14- детский сад № 24 «Умка»

С целью формирования психологической компетентности родителей нами была разработана технология развития психологической компетентности родителей «Шаги навстречу». Мероприятия по реализации технологии осуществлялись в рамках деятельности ФМАОУ СОШ № 14 –детский сад № 24 «Умка», город Серов.

Цель учреждения: Создание условий развития ребенка дошкольного возраста открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности; на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей. В рамках указанной цели, дошкольному учреждению была предложена составленная нами технология развития психологической компетентности родителей «Шаги навстречу».

Актуальность технологии. Современные проблемы семьи как социального института, экономическое неблагополучие многих семей с детьми, кризисные семейные ситуации, отсутствие знаний о воспитании и развитии ребенка нарушают благоприятные условия развития ребенка и порождают социальное сиротство, безнадзорность детей, жестокое обращение с детьми, что становится фактором снижения психологической компетентности родителей.

Значимым фактором предупреждения неблагополучия детей может стать формирование психологической компетенции через: практи-

ку ответственного родительства, где в основе заложено сознательное отношение к воспитательному процессу и выстраивание диалоговых отношений с ребенком, информирование об особенностях детского развития, развитие рефлексии родителя о выборе собственной воспитательной стратегии и ее влиянии на ребенка.

Методологическим основанием для разработки технологии являются работы ведущих специалистов в области семейной психологии А.Я. Варга, О.А. Карабановой, Г.А. Навайтис, Р.В. Овчаровой, А.С. Спиваковской, Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юцтискиса.

Цель данной технологии: формирование компонентов психологической компетентности родителей: когнитивного и рефлексивного, как метод охраны психологического здоровья ребенка.

Задачи:

1. Повышение психологической культуры родителей;
2. Развитие способности родителей к принятию себя и своего ребенка таким, какой он есть;
3. Повышение толерантности и стабильности личности родителя;
4. Развития навыков взаимодействия с ребенком и другими членами семьи;
5. Развитие рефлексии – осознание своих переживаний, чувств, поступков;
6. Развитие интернальности – принятие ответственности за свои действия.

Предполагаемые результаты программы: расширение родительских компетенций, формирование ответственного отношения к родителю, принятие себя в роли родителя, формирование целостности самосознания родительства.

Критерии результативности:

1. Изменение деструктивных родительских установок о семейном воспитании.

2. Изменения родительского отношения к ребенку, как фактор получения знаний об особенностях детского развития, методах сохранения психологического здоровья ребенка.

План технологии:

- 1 модуль – «Я-родитель»
- 2 модуль – «Ответственное родительство»

Основные формы: психологический тренинг, консультации, лекции и другое.

Учебно- тематический план технологии развития психологической компетентности родителей «Шаги навстречу»

№	Содержание	Теорет. часы	Практ. часы
I. Модуль –«Я-родитель»			
<i>Первый блок «Все мы родом из детства...» направлен на проработку эмоционального компонента личностной зрелости родителей. Построен как центрация на взаимоотношениях с собственными родителями, отреагирование своих негативных детских переживаний, расшифровка жизненного сценария.</i>			
1	Тема № 1. «Знакомство» Цель: знакомство, узнавание и запоминание имен, создание атмосферы доверия, получение информации друг о друге, выяснение ожиданий, пробуждение интереса к тренингу, формирование мотивации на личностные изменения.	0,5	2
2	Тема № 2. «Обращение к внутреннему ребенку» Цель: создание атмосферы доверия, сплочение группы, актуализация собственного детского опыта, проживание негативных чувств и детских обид, общение с «внутренним ребенком», поиск внутренних ресурсов.	0,5	2
3	Тема № 3. «Встреча с родителями» Цель: проживание негативных чувств по отношению к своим родителям, осознание жизненного сценария, формирование чувства принятия и доверия в группе.	0,5	2
4	Тема № 4. «О доверии» Цель: активизация групповой динамики, проработка	0,5	2

	конфликтных отношений между участниками, установление отношений доверия и принятия.		
<i>Второй блок «Принятие авторства собственной жизни» направлен на проработку когнитивного компонента личностной зрелости родителей. Построен как исследование своего жизненного стиля и становления личности субъектом собственной жизни. В этом блоке занятий основной акцент делается на развитии ответственности участников по отношению к своей жизни, воспитанию детей, супружеским и семейным отношениям.</i>			
5	Тема № 5. «Кто я» Цель: самопознание, формирование позитивной «Я-концепции», повышение компетентности в решении трудных ситуаций межличностного общения.	0,5	1,5
6	Тема № 6. «Чего я хочу» Цель: прояснение ценностно-мотивационной сферы личности и ее развитие, выбор жизненного курса.	0,5	1,5
II. Модуль – «Ответственное родительство»			
<i>Третий блок «Навыки взаимодействия» включает формирование навыков эффективного межличностного взаимодействия: умение говорить о своих чувствах, навык активного слушания, умение решать конфликты по типу «выиграть-выиграть», говорить на «языке принятия».</i>			
7	Тема № 7. «Принять себя - принять ребенка» Цель: осознание своих внутренних запретов, формирование ощущения внутренней свободы и уверенности. Содержание занятия	0,5	1,5
8	Тема № 8. «Урок общения» Цель: формирование навыков эффективной коммуникации для разрешения проблем.	0,5	1,5
9	Тема № 9. «Решаем конфликт» Цель: закрепление навыков эффективной коммуникации в трудной ситуации, знакомство с методом разрешения конфликта и установления отношений сотрудничества.	0,5	1,5
<i>Четвертый блок «Знание – это новые возможности» включает повышение психологической культуры родителей.</i>			
10	Тема № 10. «Возрасты жизни» Цель: ознакомление родителей с возрастной периодизацией и с содержанием возрастных периодов, а также понятием с возрастной кризис.	0,5	1,5
11	Тема № 11. «Игра» Цель: ознакомление родителей с возможностями игры и влиянием игровой деятельности в развитие ребенка,	0,5	1,5

	дать понятие о развивающей игровой среде, обучить навыкам игровой деятельности и способам разрешения конфликтов в игре.		
12	Тема № 12. «Свободное время в кругу семьи» Цель: научить родителей целенаправленно использовать свободное время.	0,5	1,5
13	Тема № 13. «Общение ребенка с другими детьми». Цель: познакомить родителя с наиболее распространенными трудностями в общении детей между собой.	0,5	1,5
14	Тема № 14. «Агрессия» Цель: обучить родителей навыкам преодоления агрессивных состояний.	0,5	1,5
15	Тема № 15. «Наказание и поощрение». Цель: раскрыть приемы конструктивной критики.	0,5	1,5
16	Тема № 16. «Отношения между супругами и другими взрослыми в семье». Цель: расширить представление родителей о влиянии семьи на становлении личности ребенка.	0,5	1,5
17	Тема № 17. «Развод и другие потери». Цель: обучить способам преодоления кризисных ситуаций.	0,5	1,5
18	Тема № 18. «Собираемся в дорогу» Цель: подведение итогов тренинга, создание настроения на реализацию и принятие активной жизненной позиции, наполнение «душевной копилки» дарами тепла, принятия и одобрения.	0,5	1,5
<i>Пятый блок «Разработка личного жизненного плана». В этом блоке представлены домашние задания для занятий.</i>			
Итого: 36 часов		9	27

Практические занятия

Предложенный нами план занятий не является окончательным, поскольку в ходе реализации технологии могут возникать различные непредвиденные ситуации. Отведенного нами времени может не хватить на проработку упражнения, тогда следует отказаться от другого упражнения в пользу качественного анализа и рефлексии. Бывают ситуации, когда группа отказывается выполнять какое-то упражнение,

предложенное ведущим, причины могут быть разными: сопротивление, фаза конфронтации с ведущим, группа «переросла» данное упражнение, и оно не является актуальным, группа не дошла в своем развитии до необходимости пережить все, что связано с конкретным заданием и т. д. В этом случае важно обсудить, отрефлексировать создавшуюся ситуацию. Выбрать необходимую стратегию поведения ведущему поможет умение быть с группой, чувствовать не только каждого участника, но и преобладающее состояние группы в целом.

I. Модуль –«Я-родитель»

БЛОК № 1. Все мы родом из детства...

Тема 1. «Знакомство»

Цель: знакомство, узнавание и запоминание имен, создание атмосферы доверия, получение информации друг о друге, выяснение ожиданий, пробуждение интереса к тренингу, формирование мотивации на личностные изменения.

Содержание занятия

1. Рассказ ведущего о себе, о целях программы и возможностях тренинга.
2. Рассказ участников о себе, выяснение ожиданий
3. Упражнение «Голова садовая» — запоминание имен.
4. Принятие соглашений тренинга.
5. Упражнение «Представление партнера» - знакомство и создание доверительной атмосферы.
6. Упражнение «Запреты ребенку» для осознания того, что личностные проблемы родителей влияют на то, как они строят отношения с детьми и что при этом чувствуют дети.
7. Введение ритуала окончания занятия.

Тема № 2. «Обращение к внутреннему ребенку»

Цель: создание атмосферы доверия, сплочение группы, актуализация собственного детского опыта, проживание негативных чувств и детских обид, общение с «внутренним ребенком», поиск внутренних ресурсов.

Содержание занятия

1. Введение ритуала приветствия.
2. Упражнение «Комплемент» направлено на повторение имен, создание атмосферы доброжелательности и продолжение знакомства.
3. Упражнение «В связке» — игра для «разогрева», направлена на сплочение группы.
4. Упражнение «Что такое хорошо и что такое плохо» направлено на актуализацию детского опыта, осознание того, что делает родитель, когда ребенку хорошо и когда плохо.
5. Упражнение «Если бы я была ребенком...» направлено на погружение в мир детства и символическое удовлетворение нереализованных потребностей детства, способствует актуализации негативных детских переживаний.
6. Упражнение «Мешок обид» направлено на проживание негативных чувств и детских обид, освобождение от тягостных воспоминаний и прощение, способствует формированию мотивации на личностные изменения (Я не хочу повторять ошибки своих родителей).
7. Медитация «Внутренний ребенок» направлено на поиск внутренних ресурсов, на фиксацию позитивных детских эмоций, обучает приемам релаксации.
8. Ритуал прощания.

Тема № 3. «Встреча с родителями»

Цель: проживание негативных чувств по отношению к своим родителям, осознание жизненного сценария, формирование чувства принятия и доверия в группе.

Содержание занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Упражнение «Здравствуй, я тебя помню» способствует настрою на доверительный стиль общения, дает возможность услышать представления о себе от других участников.

3. Упражнение «Детский сад» направлено на экспериментирование с детскими эго-состояниями, раскрепощение группы, погружение в мир детства.

4. Медитация «Родительские заветы» способствует актуализации воспоминаний о том, что внушали родители, и какую роль это сыграло в жизни, направлено на осознание чувств по отношению к воспитательным воздействиям своих родителей и сценария жизни своей семьи.

5. Упражнение «Разговор с родителями» это упражнение-«катарсис», направленное на проживание негативных чувств по отношению к родителям, освобождение от груза невысказанных обид.

6. Упражнение «Эмбрион» направлено на возникновение ощущения доверия и принятия, дает возможность участникам группы проявить заботу друг о друге, побыть наедине с собой в обстановке защищенности и безопасности.

7. Ритуал прощания.

Тема № 4. «О доверии»

Цель: активизация групповой динамики, проработка конфликтных отношений между участниками, установление отношений доверия и принятия.

Содержание занятия

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Ужасный секрет» направлено на раскрепощение участников, создание ощущения безопасного самораскрытия, сплочение группы.

3. Упражнение «Былинка на ветру» помогает участнику ощутить доверие к группе, а группе — ощутить ответственность за конкретного участника.

4. Упражнение «Стрелки» активизирует групповую динамику, позволяет увидеть особенности взаимоотношений между участниками, проработать конфликтные отношения и недоверие, направлено на установление отношений доверия и принятия между всеми участниками, работает на сплочение группы.

5. Метафора «Покрывало» направлена на понимание важности вклада каждого участника в жизнь группы, активность каждого и желание помочь или поддержать того, кто нуждается — залог продуктивной работы группы.

6. Упражнение «Созерцание» направлено на закрепление чувства доверия между конфликтующими участниками, принятие друг друга, активизирует навыки невербального общения, позволяет «почувствовать» друг друга и «открыть» партнера с другой стороны.

7. Ритуал прощания.

БЛОК № 2. Принятие авторства собственной жизни

Тема № 5. «Кто я»

Цель: самопознание, формирование позитивной «Я-концепции», повышение компетентности в решении трудных ситуаций межличностного общения.

Содержание занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Упражнение «Волшебный магазин» создает настрой на самопознание, самоисследование, дает возможность задуматься о том, какие личностные качества хотелось бы развить, а какие изменить.
3. Упражнение «Я-концепция» направлено на прояснение «Я-концепции», способствует осознанию зависимости «Я-концепции» от мнения значимых людей (родителей, друзей), выявляет актуальные проблемы, напоминает человеку об ответственности за то, кем он является.
4. Упражнение «Трудный случай» (по схеме баллинтовской группы) — повышение компетентности в решении трудных ситуаций межличностного общения, осознание личностных проблем, блокирующих взаимодействие с другими людьми.
5. Ритуал прощания.

Тема № 6. «Чего я хочу»

Цель: прояснение ценностно-мотивационной сферы личности и ее развитие, выбор жизненного курса.

Содержание занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Упражнение «Пожелания» активизирует групповую динамику, создает ощущение «тепла» и принятия, способствует формированию целей на оставшиеся занятия, позволяет узнать мнение о себе других участников.
3. Упражнение «Круг субличностей» проясняет жизненные цели и ценности, обучает анализировать свои внутренние побуждения и понять себя, свой центр, свое «Я», усилить его, чтобы оно было способно разрешать конфликты между субличностями.
4. Упражнение «Диалог субличностей» анализирует взаимоотношения между субличностями и центром, т. е. «Я».

5. Упражнение «Психодрама субличностей» дает возможность прочувствовать и осознать каждую свою субличность, ее место в дальнейшей жизни, расставить жизненные приоритеты, сделать осознанный выбор своего дальнейшего жизненного курса.

6. Ритуал прощания.

II. Модуль – «Ответственное родительство»

БЛОК №3. Навыки взаимодействия

Тема № 7. «Принять себя - принять ребенка»

Цель: осознание своих внутренних запретов, формирование ощущения внутренней свободы и уверенности.

Содержание занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Упражнение «Праздник души» создает доброжелательную обстановку, выявляет самоотношение и меру принятия себя.
3. Сессия борьбы со «Свинским родителем» - проработка внутренних запретов, осознание их источников, развитие любви и принятия себя.
4. Упражнение «Язык принятия и язык непринятия» формирует навык выражения несогласия и воспитательного смысла на «языке принятия».
5. Ритуал прощания.

Тема № 8. «Урок общения»

Цель: формирование навыков эффективной коммуникации для разрешения проблем.

Содержание занятия

1. Ритуал приветствия;
2. Упражнение «Последняя встреча» стимулирует активность участников, помогает осознать, что скоро эти встречи закончатся, поэтому если человек что-то хочет сделать, то не надо откладывать, потом не будет такой возможности.
3. Упражнение «Я-послания»
4. Упражнение «Активное слушание» — формирует навыки эффективной коммуникации для разрешения проблем.
5. Ритуал прощания.

Тема № 9. «Решаем конфликт»

Цель: закрепление навыков эффективной коммуникации в трудной ситуации, знакомство с методом разрешения конфликта и установления отношений сотрудничества.

Содержание занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Упражнение «Трудный случай» — обсуждение трудностей при выполнении домашнего задания, исправление ошибок.
3. Закрепление навыков активного слушания и «Я-сообщений».
4. Упражнение «Решаем конфликт» — знакомство с шестью шагами беспроблемного метода разрешения конфликта по Т. Гордону.
5. Ритуал прощания.

БЛОК №4 «Знание – это новые возможности»

Тема №10 «Возрасты жизни»

Цель: дать краткую информацию о возрастных периодах; знакомство членов группы.

Задачи:

- 1) познакомить родителей с возрастной периодизацией;
- 2) дать понятие о возрастных кризисах;
- 3) дать краткую информацию о содержании возрастных периодов;
- 4) презентация членов группы;
- 5) обучение заполнению бланков.

1. Ритуал приветствия.

2. Рефлексия

3. Теоретический блок

1. Итак, сегодня мы поговорим о том, что же такое возраст, какие этапы возрастного развития выделяют психологи, какие задачи решаются на каждом этапе.

Возраст – это определенный цикл или этап развития. Возраст может отличаться одного ребенка (человека от другого). Мы считаем, что трехлетние дети должны отличаться от четырехлеток, десятилетние от одиннадцатилет-

них. Почему? Потому что они ходят в разные группы детского сада, в разные классы. Однако всегда ли эта разница заметна? Иногда да, а иногда и нет. Бывает и так, что детей одного возраста разделяет пропасть – настолько они не похожи по своим интересам, в отношениях с родителями, сверстниками, в интеллектуальном плане. Одни двенадцатилетние играют еще в детские игры, других же больше тянет к друзьям противоположного пола. Так что же такое возраст? Насколько он хорошо отличает одних людей от других? Все дело в том, что возрастные изменения накапливаются постепенно, а в некоторые периоды происходят рывками, поэтому психологи чаще всего говорят не о конкретном возрасте ребенка, а о возрастном периоде, в котором он находится.

Выделяют такие периоды: младенчество (0-1 год); ранний возраст (1-3 года); дошкольное детство (3-6; 7 лет); младший школьный возраст (6; 7 – 11 лет); подростковый возраст (11-15 лет); юность (15-23 года); взрослость (23-).

2. Существуют особые возрасты, когда все дети, без исключения, испытывают наибольшие трудности. Это возрастные кризисы одного года, трех лет, семи лет, весь подростковый возраст. Есть кризисы и у взрослых людей – кризис 30 лет, 37-40 лет и т.д. примерно каждые десять лет. Данных кризисов невозможно избежать, можно попытаться отстраниться от них или избежать, тогда проблемы не решаются, они просто возникают позже. Таким образом, кризисы – это решение накопившихся проблем, вопросов; это желание занять новое место в отношениях с близкими. У взрослого человека – это переоценка смысла своей жизни (какой я, кто я для других, чего я добился в жизни). В лучшем случае взрослый человек перестраивает свою жизнь, открывает в себе и близких что-то новое; в худшем – появляются уныние, раздражительность, болезни, ссоры, ощущение неудавшейся жизни.

Что же делает ребенок в случае возрастного кризиса? Он сам в одиночку не может перестроить свою жизнь, но он так же, как и взрослый, не хочет жить по-старому, поэтому самая первая реакция, которая у него возникает –

протест против сложившегося к нему отношения. Этот протест проявляется по-разному в каждом возрасте.

Кризис 1 года выражается в криках и плаче при очередном «нельзя». Ребенок пробует свои силы, а ему мешают это делать.

Правило для родителя: говорить: «Нельзя!» только в случае реальной опасности для ребенка и окружающих. Если Вы боитесь, что он поломаст или порвет что-то ценное, дайте взамен другое, не менее привлекательное, но не имеющее ценности (вместо книги - газету).

Кризис 3 лет проявляется в негативных реакциях на требования взрослых (желание все сделать наоборот); упрямстве (ребенок настаивает на своем, когда этого уже не хочется), своеволии, деспотизме (когда в семье единственный ребенок), обесценивании того, что привычно (выкидывает игрушки), в возросшей самостоятельности.

Правило для родителя: не отказывайтесь от помощи ребенка, если он предложил ее – подмести, вытереть пыль, помыть посуду; доверьте ребенку самому обслужить себя – одеться, обуться и т.д.; давайте ребенку несложные поручения, опирайтесь на его стремление к самостоятельности.

Кризис 7 лет связан с поступлением в школу. Ребенок чувствует себя маленьким человечком в мире взрослых людей, появляется манерничанье. Это очень сложный период, когда родители, игры уходят на второй план, учительница становится самым важным человеком, а учеба – самой важной деятельностью.

Правило для родителя: создать в доме спокойную обстановку, обеспечивающую отдых и расслабление ребенку.

Подростковый кризис – самый длительный. Выражается в постоянных всплесках раздражения, смене настроения, повышенной утомляемости, следствиями которой являются трудности в обучении и общении.

Правило для родителя: не спешить ругать ребенка за плохую успеваемость, разобраться в причинах трудностей, смириться с тем, что ребенок почти взрослый, сохранить доверительные отношения.

Таким образом, кризисы говорят не о «плохости» самого ребенка, они вызваны возрастными изменениями и говорят, что развитие ребенка нормально. Задачей родителя является принятие ребенка, осознание причин подобного поведения, отсутствие давления на ребенка своим авторитетом.

3. Сейчас мы поговорим о том, что родитель должен знать о каждом возрастном периоде (показ таблицы).

Стадии развития личности по Э. Эриксону

Стадии развития	С кем общается	Что может быть	К чему надо стремиться
0-1 год	Мать	Доверие к миру – недоверие	Энергия и жизненная радость
1-3 года	Родители	Самостоятельность – стыд, сомнения	Независимость
3-6 лет	Родители, братья, сестры	Инициатива – пассивность и вина	Целеустремленность
6-12 лет	Школа, соседи	Компетентность – неполноценность	Овладение знаниями, умениями
13-18 лет	Группы сверстников	Идентичность – непризнание	Самоопределение, преданность и верность.
18-25 лет	Любимый человек	Любовь – одиночество	
25-50 лет		забота	
50 и дальше			

4. Работа с памятками.

Родителям раздаются памятки, в которых отражены возрастные особенности детей. После знакомства с ними, происходит обсуждение.

5. Обсуждение

Ведущий в устной или письменной форме предлагает ответить на вопросы:

- Что вы ожидаете от наших занятий?
- О чем бы вы хотели узнать на занятиях?
- Что, по вашему мнению, необходимо изменить, отменить?

6. Ритуал прощания.

Тема №11 «Игра»

Цель: научить родителей использовать возможности игры.

Задачи:

- 1) способствовать пониманию важности игровой деятельности в развитии ребенка;
- 2) дать понятие о развивающей среде;
- 3) обучить способам разрешения конфликтов в игре;
- 4) обучить навыкам развития воображения и творческого мышления в игре.

1. Ритуал приветствия

2. Рефлексия

Заполнение анкет и их обсуждение (здесь и далее).

3. Диагностика

Родителям предлагается ответить на вопросы небольшого теста:

-Как часто вы играете с детьми: один раз в неделю, каждый день, вообще не играете (нужное подчеркнуть).

-В какие игры чаще всего играет ваш ребенок?

-Какое количество времени в день играет ваш ребенок (укажите отдельно будни и выходные дни)?

Обсуждение ответов.

4. Теоретический блок.

1. Мы выяснили, что родители немного уделяют внимания совместной игре с ребенком, заменяя ее, в лучшем случае, занятиями с детьми (рисунок, лепка и т.д.). А ведь именно в игре ребенок учится жить взрослой жизнью: учиться общаться, вступает в разные роли, подчиняется правилам и сам

учится их создавать. В игре ребенок «выплескивает» свои переживания, частично избавляется от них. Можно сказать, что игра ребенку нужна, как нужна еда, воздух, родительская любовь. В каждом возрасте игра имеет свою ценность, но наиболее она важна в дошкольном возрасте (от 3 до 7 лет) в форме сюжетно-ролевой игры, от семи лет и старше в форме игр с правилами. Однако наибольшего расцвета игры достигают в том случае, если взрослый принимает в них участие, подсказывает сюжеты, показывает новые способы, иначе игра у ребенка – бледная и невыразительная.

2. Сейчас мы поговорим с вами о том, что же побуждает ребенка к игре. Конечно же, наличие игрушек, причем мягкие и резиновые не должны составлять большую их часть. Данные игрушки можно использовать при создании сюжетов игр в зоопарк, разыгрывание известных или только что выдуманных сказок и т.д. Родители могут создать разнообразные условия, способствующие развитию ребенка любого возраста. Для малышей – например, цветные обои, блестящие шары, яркие оборки, кисточки и т.д. Для детей постарше – куклы (вместе с одеждой, кроватью), кукольный театр, строительный материал (кубики, Лего), тематические игрушки (больница, магазин, посуда, гараж и т.д.). Если дети до 7 лет имели возможность поиграть во все эти игры, то в более позднем возрасте игрушки отходят на второй план, а вместе с учебой приходят новые предметы, без которых будет не так интересно учиться – глобус, доска с мелом или маркером и т.д. Ребенок, таким образом, играет в школу дома, расширяя свои знания, закрепляя их. Можно предложить вашему ребенку заполнять классный журнал - вписывать вымышленные или реальные фамилии, спрашивать материал у кукол, при этом отвечать нужно самому ребенку и ставить за свой ответ оценку.

3. Отсутствие правил и норм, регулирующих поведение детей в игре, будет постоянно приводить к возникновению в игре споров, конфликтов и столкновений в результате несовпадения точек зрения. Как мы уже говорили, игра – это ступенька к взрослой жизни, в таком случае задача взрослого – научить ребенка решать спорные вопросы правильно: использовать компро-

мисс (выработать общее решение, которое устраивало бы обе стороны), сотрудничество (удовлетворить желания обеих сторон), иногда необходимо приспособиться к существующему порядку. В случае физической агрессии со стороны других детей целесообразно покинуть игру, а в ряде случаев необходимо соперничать, доказывать свою точку зрения. Конечно, самые предпочтительные стратегии – компромисс и сотрудничество, однако ребенок должен уметь использовать все выходы из конфликта. Для того, чтобы научить ребенка данным стратегиям, необходимо самому уметь их использовать.

5. Упражнение «Выход есть»

Группа делится на пары. Каждой паре раздаются карточки с конфликтной ситуацией. Ведущий предлагает микрогруппам разыграть поочередно стратегии приспособления, избегания, соперничества, сотрудничества и компромисса. Предполагаемые ситуации:

- В доме один телевизор. Муж и жена (мать и ребенок) хотят смотреть разные передачи.

- Выходной день. Мать планировала вместе с мужем и ребенком посетить своих знакомых, ребенок просит пойти в парк, а муж хочет все выходные пролежать на диване и смотреть телевизор.

- В вашей семье намечается праздник. Вам хочется провести его в кругу своих друзей, но вы знаете, что Ваши родители (родители мужа) будут обижены, если не получают приглашение.

- Вас не устраивает, что ваш ребенок-подросток во всем подражает одному из своих сверстников.

- Вы хотите, чтобы ваш ребенок больше времени уделял учебе, а он все свое свободное время тратит на прогулки (компьютерные игры).

Дети любого возраста узнают способы выхода из конфликта, прежде всего, из примера близких им взрослых. Так что наша задача – уметь их использовать.

4. Игра способствует развитию воображения и творческого мышления в любом возрасте. Можно предложить ребенку и его друзьям такие игры:

Представьте, что вы жители другой планеты (эпохи – первобытное общество..., будущего). К вам попал землянин (человек из настоящего). Организуйте ему экскурсию, расскажите ему о вашей жизни – для детей постарше; дети помладше пускай просто поиграют в этот сюжет.

Представьте, что ваша комната на самом деле – космический корабль. Опишите и используйте обычные предметы (телевизор, кровать) как необычные предметы космического корабля.

Представьте, что Вы – директор турфирмы. Вы разрабатываете и предлагаете маршруты своим клиентам (для этой игры желательно иметь глобус) и т.д.

Ведущий загадывает число, дети его пытаются узнать. Ведущий корректирует ответы детей, говорит – больше или меньше названное число задуманного им. Когда один из участников отгадывает число, он имеет право на приз (называет предмет, чаще всего одежду, который он хотел бы получить), задача ведущего – придумать и описать этот предмет так, чтобы участник захотел его взять. Можно играть двум ведущим, тогда они оба описывают приз победителю, чья задумка окажется лучше, тот и выбирается. Участник занимает место ведущего. Задача участников – собрать как можно больше вещей (полный гардероб - для девочек).

Можно использовать и мини игры (игры на листочках). Например, такие

Ведущий называет любую букву алфавита. Участники записывают ее на свои листочки, и за отведенное время записывают как можно больше названий рек, городов, имен, животных, птиц и т.д. Выигрывает тот, у кого названий больше.

Ведущий называет любой обычный предмет (например, кирпич). Дети называют как можно больше способов его использования.

Примечание. Если родители настроены лояльно, можно, в целях закрепления материала, поиграть с ними в одну или несколько предложенных игр.

6. Обсуждение.

7. Домашнее задание

Понаблюдайте за играми своих детей. В случае возникновения конфликтной ситуации в игре, осторожно вмешайтесь и используйте стратегию сотрудничества или компромисса. Запишите или запомните, что у Вас получилось, а что нет.

Предложите вашему ребенку игры на развитие воображения (игры вводите не все сразу, а постепенно, по мере усвоения каждой).

8. Ритуал прощания.

Тема №12 «Свободное время в кругу семьи»

Цель: научить родителей целенаправленно использовать свободное время.

Задачи:

- 1) дать понятие о свободном времени родителя и ребенка
 - 2) выделить наиболее оптимальные формы проведения досуга;
 - 3) дать краткую информацию о негативном влиянии длительного просмотра телевизора, компьютерных игр, чтения некоторых изданий;
 - 4) Определить наиболее значимые цели и задачи совместного отдыха.
1. Ритуал приветствия.
 2. Рефлексия.
 3. Практическое задание с элементами диагностики.

Участникам предлагается нарисованные на бумаге четыре окружности. Первая окружность представляет все время суток, в течение которого человек бодрствует в будний день, вторая окружность – в выходной день, третья и четвертая окружности – все свободное время (в рабочий и выходной день соответственно). Необходимо в первой и второй окружности обозначить сектора для всех видов деятельности, в которую вовлечен человек, в соответствии с занимаемым ими временем (можно в процентном отношении), например, работа – 60%, домашние дела – 25%, время, проведенное с ребенком – 10%, отдых – 5%. В третьем и четвертом круге таким же образом предлагается описать свободное время по видам деятельности. Два последних круга до конца занятия остаются незаполненными.

В конце упражнения следует обсуждение того, насколько оправдано такое распределение времени, какие формы проведения досуга выделяют родители и как они разнообразны; возможно ли, по их мнению, что-нибудь изменить в своем распорядке.

4. Теоретический блок

1. Итак, сегодня мы поговорим о том свободном времени, которое остается нам после основной работы и выполнения домашних обязанностей. Его, как мы видим, очень мало. Большая часть времени, как считают некоторые родители, уходит на общение с ребенком (выполнение или проверка домашних заданий, игры с детьми и т.д.). При этом проверка домашних заданий и само его выполнение превращается в пытку, тотальный контроль, столь ненавистный и родителями, и детьми, игры становятся «псевдоиграми», так как отсутствует настоящее желание родителя играть, а, впоследствии, теряется интерес и у ребенка.

На что же стоит обратить внимание родителя в первую очередь при планировании своего свободного времени? Конечно, на полноценный отдых – сон не меньше восьми часов в день, возможность побыть в тишине хоть немного, иногда встретиться с друзьями, сходить куда-нибудь вместе с мужем. Ответственный родитель не будет злоупотреблять свободным временем только в своих целях, однако, чтобы быть в нормальном жизненном тоне, чтобы чаще иметь хорошее настроение, такой отдых необходим. В свободные часы или минуты можно почитать книгу, посмотреть любимую передачу (но не целый вечер перед экраном телевизора), заняться любимым делом. Так же, как и родители, дети тоже имеют право на сон, не только ночной, но и дневной, прогулки, общение с друзьями, любимую передачу, тишину. Детский сад и школа – это такая же работа, и от нее тоже нужен отдых.

2. Помимо отдыха, т.е. времени для себя, есть время для других. Это время не должно превращаться в тяжелую повинность, оно должно быть наполнено радостью общения со своими близкими, что возможно только при условии полноценного отдыха. Сюда относится время для занятий с детьми,

в том числе игры, совместное рисование и разукрашивание, лепка, аппликации, настольные игры (в которых может принимать участие вся семья), подвижные игры на свежем воздухе или дома; совместный поход в гости, кафе, театр, кинотеатр, парк и т.д.; поездки на пикник, на дальние расстояния.

Все самые светлые воспоминания детства связаны с совместным проведением досуга, они превращаются в ту силу, которая поддерживает человека в самых тяжелых жизненных ситуациях.

Упражнение:

Сядьте поудобнее, закройте глаза. Мысленно представьте себя маленькой девочкой (мальчиком). Представьте, во что вы одеты, что вы делаете. Может быть, кто-то рядом с вами: родители или друзья. Если сейчас спросить у этой девочки, что она больше всего хочет, куда она мечтает пойти, как вы думаете, что ответит ребенок?

А сейчас представьте один из самых лучших дней в жизни этой маленькой девочки. Что в этот день случилось? Почему этот день остался в вашей памяти?.. Сделайте глубокий вдох. Откройте глаза.

Обсуждение.

- Остались ли у Вас яркие воспоминания о событиях своего детства
- Приятными или неприятными являются для Вас они?
- Что, по Вашему мнению, может сохранить в памяти Ваш ребенок о своем детстве, о годах, проведенных с Вами?

3. Мы говорили, что совместный просмотр телепередач и художественных фильмов является благом, так как у членов семьи появляются совместные переживания, общие приятные ожидания. Однако здесь вовсе не идет речь о не выключенном телевизоре в течение целого дня. Когда взрослым и детям неинтересно общаться между собой, когда им скучно, телевизор является единственным спасителем от непривлекательной реальности. Часто бывает так, что в выходной день, когда наконец-таки семья в сборе, один смотрит телевизор, другой играет в компьютерные игры, третий «убивает» время еще каким-нибудь способом. Бесспорно, время, когда ты можешь побыть в

одиночестве необходимо, но разве перед экраном телевизора или монитором мы в одиночестве? Нет. Мы проживаем жизнь других людей, героев сериала, реалити-шоу, при этом отказываемся жить своей! Наши дети копируют наш образ жизни, погружаясь в мир телевидения, Интернет, чтение модных журналов, но это не их жизнь, это чужая жизнь. Очень хорошо, если ваш ребенок нашел свое место в этом мире: он занимается в секциях, кружках, что особенно важно для детей от семи лет и старше. Может быть, сами родители что-то умеют делать руками, в таком случае – самое время передавать опыт.

4. Главными целями совместного проведения досуга являются сплочение семьи, насыщение положительными эмоциями, воспитание детей, социализация (мы развиваем детей, и они нас). Поиграйте всей семьей в игры, например:

- Игра «Пойми меня». Семья делится на две команды. Одна команда загадывает слово (известное выражение, название и т.д.) и приглашает одного игрока из другой команды, тихо сообщает ему это слово. Игрок должен мимикой, жестами показать это слово своей команде так, чтобы те его отгадали. Если слово отгадано, команды меняются местами. Для детей с 2,5-3 лет

- Игра «Найди клад». 1) Водящий прячет оговоренный предмет, рисует план с указанием места, раздает его всем участникам. Выигрывает тот, кто первый найдет предмет; 2). Все то же самое, только водящий стрелочками на стенах или земле показывает направление (уместно играть на улице).

- Совместный рисунок. Один человек начинает рисовать, например, дом. Спустя минуту, другой член семьи берет этот лист бумаги и дорисовывает его, затем следующий и т.д. Если семья большая, то игра идет до последнего человека, если маленькая – минут 7-10.

- Шашки, шахматы, лото.

Ведущий предлагает родителям поиграть в игру «Пойми меня», сделать совместный рисунок на произвольную тему.

5. Обсуждение.

6. Домашнее задание.

- Спросите у своего ребенка, куда он хотел бы пойти вместе с вами, чем хотел бы заняться.

- Поиграйте с детьми в предложенные игры.

- Купите в магазине настольную игру. Ваш ребенок будет Вам очень благодарен.

7. Ритуал прощания.

Тема № 13 «Общение ребенка с другими детьми».

Цель: познакомить родителя с наиболее распространенными трудностями в общении детей между собой.

Задачи:

- 1) дать характеристику общения сиблингов между собой;
- 2) раскрыть основные причины конфликтов в школе;
- 3) выявить причины ябедничества;
- 4) познакомить с понятием толерантности в общении.

1. Ритуал приветствия.

2. Рефлексия.

3. Психологическое упражнение.

Сейчас мне бы хотелось, чтобы каждый из вас на листе бумаги создал карту своей семьи. Можно нарисовать людей, разрешается также использовать обозначения – рисовать кружки. В вашей семье могут быть бабушка и дедушка (и другие домочадцы). Обозначьте их всех кружками вместе с остальными взрослыми. Фигуры поставьте на таком расстоянии, которое отразило бы психологическую дистанцию между людьми (например, мой старший сын ближе мне, чем младший ребенок и муж, поэтому я помещу кружок сына рядом с моим кругом.). Может быть, в вашей семье был кто-то еще, но сейчас его нет (например, муж ушел из семьи). Тогда обозначьте этого человека заштрихованным кружком.

Почти каждый из нас имеет тех членов семьи, которые умерли или покинули семью по каким-то обстоятельствам. Воспоминание об этом человеке играет важную роль в происходящих событиях, но чаще всего это негативная роль. Так не должно быть. Если оставшиеся члены семьи не смирились с разлукой, то «дух» ушедшего будет витать над ними и вмешиваться в жизнь семьи. Однако неблагоприятное влияние духа может исчезнуть, как только семья окончательно осознает потерю и смирится с разлукой.

Рис1. Карта семьи Ивановых.

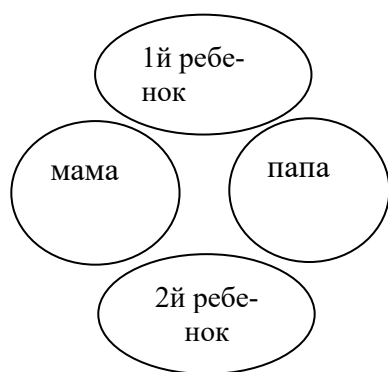
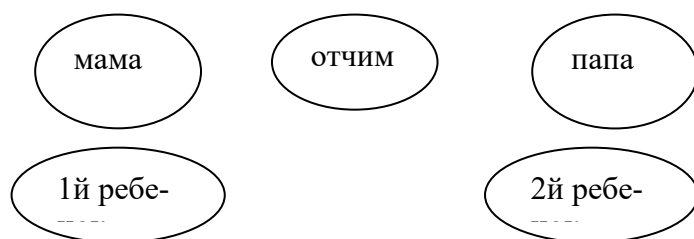


Рис2. Карта семьи Петровых.



Родителям предлагается обсудить полученные схемы.

4. Теоретический блок.

1. Тема нашего занятия посвящена общению ребенка с другими детьми. Это могут быть другие Ваши дети – братья и сестры; дети во дворе, школе, детском саду и т.д. Как мы знаем из своего детского опыта, данный вид общения сопровождается конфликтами гораздо чаще, чем общение взрослых

людей. Причин этому несколько: во-первых, дети еще только учатся общаться, они экспериментируют в отношениях; во-вторых, у детей недостаточно сформированы морально-этические инстанции – причинить другому человеку физическую или душевную боль им гораздо легче; в-третьих, детям, как и взрослым, надо занять определенную нишу (найти «место под Солнцем»), а на это место часто претендует кто-то еще (больше относится к отношениям между братьями и сестрами).

Позиция единственного ребенка в семье противоречивая. С одной стороны, вся любовь родителей, бабушек, дедушек достается ему одному, но он один несет и весь груз их ожиданий. Иногда ребенка «разрывают на части», предлагают ему музыкальную, художественную, хореографическую школу, кружки и секции. Каждый член семьи пытается внести лепту в его воспитание. Такая загруженность разными видами деятельности лишает, и без того лишнего общения с детьми, ребенка простого общения со сверстниками во дворе. Конечно, не всегда ситуация складывается так драматично, бывает, что и в семье со многими детьми, вырастают люди отчужденные, не умеющие и не желающими общаться. Однако, как правило, наличие братьев или сестер способствует более гармоничному развитию личности. Дети учатся делиться вещами, вниманием родителей, быстрее развиваются в социальном плане, учатся находить свое место в мире человеческих отношений. Обратим внимание на слово «учатся», а это значит, что делают ошибки, набивают себе (и другим) шишки.

Первый ребенок часто подсознательно занимает позицию: я счастлив только тогда, когда другие обращают внимание на меня и заботятся обо мне. Такая позиция делает их зависимыми от других людей, требующими гарантии и уважения. Когда в семье появляется второй ребенок, старший попадает в ситуацию «опального принца», часто он испытывает ревность и злость по отношению к младшему. Старшие дети иногда даже «мстят» родителям или младшему, портится их поведение, снижается успеваемость в школе, а все, потому что, как им кажется, родители полностью переключаются на млад-

ших. Задача родителей в этом случае – выделить время для общения со старшим ребенком, это может быть один час, но посвященный только ему одному, при этом важно сохранить ритуалы: чтение на ночь сказок, телесный контакт. Необходимо избегать сильного восхищения малышом.

Младшие дети тоже сталкиваются с трудностями. Они вынуждены приспособливаться не только к родителям – выполнять их требования, но и к старшему ребенку. В тех семьях, где разница между детьми небольшая, возникает «эффект близнецов» - дети больше соперничают друг с другом. Задачей родителей в таких семьях является своевременное обнаружение наклонностей детей (они, как правило, разные) для того, чтобы поместить детей в разные кружки и секции. Дети будут развивать свои способности, они будут гордиться своими достижениями, им не нужно будет доказывать своему брату или сестре, что они что-то могут. Родители должны научить детей поддерживать друг друга, сопереживать, а это возможно, если оба ребенка чувствуют родительскую любовь, если папа и мама сами с удовольствием выслушивают своих детей, дают им добрые советы, чувствуют их состояние.

В тех семьях, где разница между детьми большая (пять и более лет), старший ребенок воспринимается как недостижимый идеал. Младшие дети долго остаются инфантильными, зависимыми, от них меньше требуют. Для того, чтобы предотвратить развитие этих черт характера, родителю необходимо давать младшим детям посильные поручения, что бы они наравне со старшим ребенком отвечали за свое небольшое дело.

Если родители соблюдают предложенные рекомендации, дети перестанут часто конфликтовать между собой, на смену злости и ревности придет удовольствие от общения друг с другом, гордость за достижения свои и своего брата (сестры) и т.д.

1. Поговорим об общении ребенка в школе. Рассмотреть все многообразие школьных конфликтов, конечно, сложно. Существуют конфликты между учителем и родителем, учителем и ребенком, учителем – родителем – ребен-

ком, между детьми в одном классе, разных классах и т.д. Мы поговорим об основных причинах конфликтов детей между собой.

Бывает так, что ребенок, особенно подросток, не хочет идти в школу из-за плохих отношений с одноклассниками или старшими детьми. Прежде всего, задача родителя – выяснить это, не закрывать глаза на происходящее. Может быть, над вашим ребенком кто-то издевается, отбирает деньги и т.д. В этом случае ребенок редко может справиться сам. Идите в школу сами, обращайтесь к официальному лицу, которому доверяете – психологу, учителю, завучу, директору. Как правило, дети, подвергаемые насилию со стороны сверстников, лишены отца или отец не занимается их воспитанием. Подростку – мальчику могут быть рекомендованы занятия в секции по атлетике, кружки технического творчества и т.д., где преподаватель – мужчина. Иногда стоит подумать о занятиях единоборством. Главное – чтобы ваш ребенок стал более уверенным в себе, не замыкался в своем внутреннем мире, необходимо научить ребенка говорить: «Нет!». Целесообразно не давать ребенку много денег в школу, иметь кошелек, в котором лежит мелочь – для других, а более крупные деньги держать в тайном месте. Девочки тоже могут использовать эти рекомендации.

В настоящее время конфликты возникают из-за разного материального уровня детей. Дети из необеспеченных семей становятся изгоями в классе. В этом случае надо следовать предложенным рекомендациям и обращаться к психологу для проведения работы со всем классом. В младшем школьном возрасте оценка учителем ребенка становится оценкой ребенка всем классом. Если Вы видите, что Ваш ребенок травмирован такой оценкой, что это является причиной нежелания ходить в школу, смело обращайтесь к специалисту.

3. Немного поговорим о ябедничестве. Родители обязаны знать, что происходит с ребенком в детском саду и школе, особенно, если он выглядит подавленным, грустным. Необходимо внимательно слушать ребенка, анализировать все сказанное, принимать во внимание события, происходящие с другими детьми. Иногда ребенок сам не подвергается насилию, но его одноклас-

сника избивают, в таком случае вы должны сообщить родителю этого ребенка или администрации учебного заведения.

Сделаем необходимые выводы: поощряйте ребенка в его рассказах о пребывании вне дома, не обвиняйте ребенка во лжи, не проверив информацию.

4.Помните, что в некоторых ситуациях может быть виноват Ваш ребенок. В таком случае научите его признавать свои ошибки, просить прощение, находить выход из конфликта. Научите быть терпимым к ошибкам других людей. Для развития этих качеств можно предложить такое упражнение.

Упражнение.

Предложите ребенку написать / назвать 5 – 10 своих положительных черт, пусть ровно столько же он укажет отрицательных черт. На другом листе бумаги ребенок должен написать такое же количество положительных и отрицательных черт своего оппонента. Затем попросите его подумать:

- что другие дети (учителя, родители, другое авторитетное лицо) думают о нем и его оппоненте, об их конфликте,
- что думает оппонент о конфликте, почему он сердится,
- кому выгодно продолжение конфликта,
- что можно сделать, чтобы решить конфликт.

Предложите ребенку использовать, известные Вам, стратегии выхода из конфликта (сотрудничество, компромисс), обратите внимание ребенка на то, что иногда можно временно уйти от ситуации конфликта – не общаться с человеком (эта рекомендация относится к людям, живущим в разных местах).

Психолог предлагает родителям самим выполнить данное упражнение.

5. Обсуждение.

6. Домашнее задание.

1)Если Вы этого не делали раньше, то с сегодняшнего дня возьмите за правило расспрашивать ребенка о том, как прошел день, что было интересно-

го, что не понравилось. Поинтересуйтесь теми книгами, которые он читает, фильмами, которые он смотрит.

2) Если у Вас несколько детей, последите за их отношением друг к другу. Выслушивайте обе стороны конфликта перед принятием решения.

3) Попробуйте выполнить с ребенком последнее упражнение. В случае отсутствия реального конфликта, возможно, есть в окружении ребенка человек, к которому тот испытывает злость, обиду и т.д. (однако, данные чувства не должны быть очень сильными).

7. Ритуал прощания.

Тема №14 «Агрессия»

Цель: обучить родителей навыкам преодоления агрессивных состояний.

Задачи:

- 1) раскрыть причины агрессивного поведения;
- 2) обучить родителей приемам преодоления аутоагрессии;
- 3) обучить родителей способам блокирования внешней агрессии.
- 4) помочь родителям осознать свою ответственность в агрессии извне.

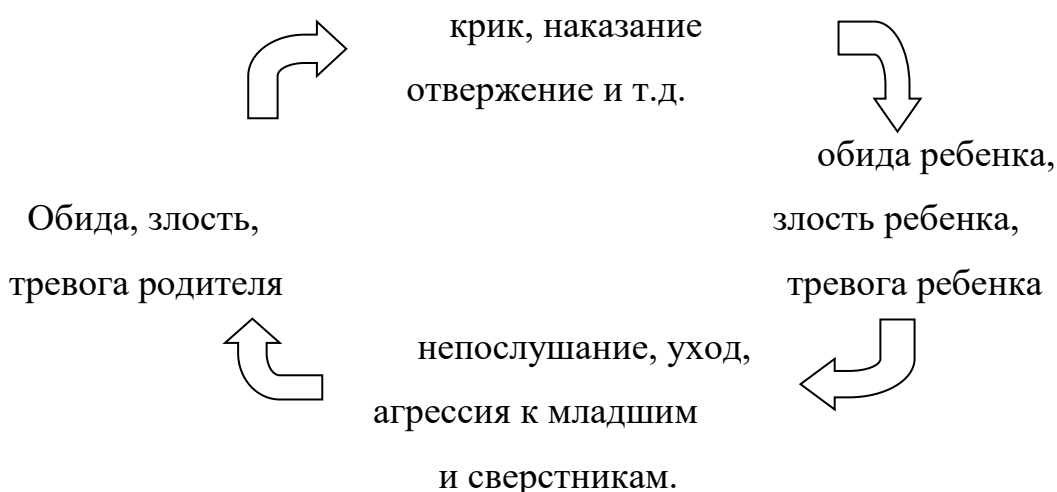
1. Ритуал приветствия.
2. Рефлексия.
3. Психологическое упражнение.

Важное умение человека – это умение помнить свое детство. Спросите себя: чем вам пришлось «заплатить» за любовь, когда Вы были ребенком? Может быть, Вам пришлось подавлять свои чувства, желания во имя получения одобрения и любви? Вас наказывали жестоко? Вспомните свои чувства в этот момент. Применяете ли Вы такие же наказания к Вашим детям? Можете ли Вы открыто выразить свой страх, беспомощность, злость, потребность в утешении, чувство одиночества или агрессию?

Родителям предлагается время на ответы, которые могут быть как в устной, так и письменной форме. Затем следует обсуждение.

4. Теоретический блок.

1. Что же такое агрессивное поведение? Мы знаем, что любое поведение, поступок, в том числе агрессивный, является выражением наших мыслей и чувств. Если нам хорошо, мы будем дарить другим свою улыбку, если нам плохо – мы можем плакать, накричать на кого-то, «проглотить» обиду и, впоследствии, заболеть. Значит, агрессивное поведение есть результат нашей обиды, раздражения и т. д.



Только взрослый человек сможет разорвать этот порочный круг. Очень трудно не обижаться и не злиться, для этого надо быть по-настоящему зрелым и самодостаточным человеком, однако не бить ребенка, не кричать на него, не отвергать его мы можем постараться.

В основе гневливого поведения также лежит неуверенность в себе, поиск подтверждения значимости своей личности, ощущение беспомощности, собственного бессилия, страх потери любви и уважения.

Внутренние (истинные) причины гнева	Цели (желания)	Расплата
Постоянный поиск подтверждения собственной значимости	Власть (доминирование над другим, контроль) Избегание доминиро-	Здоровье, энергия, активность (в результате – вялость, апатия, уста-

Неуверенность в себе	вания над собой кого-либо или чего-либо Победа в споре Мщение Защита и восстановление нарушенных прав (своих и чужих)	лость) Отношения с людьми (потеря любви, дружбы, уважения) Ощущение полноты жизни (отсутствие радости, счастья)
----------------------	--	---

2. Мы можем говорить о раздражении, злости и обиде на своих сослуживцев, родителей, супруга, ребенка, на самих себя. Наша задача – сделать несколько шагов для преодоления раздражения.

ШАГ 1. Обнаружить источник обиды и не распространить ее на другие источники. Если проблемы на работе, Вы можете посоветоваться с домочадцами, получить у них поддержку, но не срывать на них зло.

ШАГ 2. Постараться выяснить отношения с обидчиком. Если Вы раздражены – выяснить причины и решить, что делать дальше (я раздражена, потому что я устала, мне надо отдохнуть, поспать, полежать с закрытыми глазами...).

В конфликтной ситуации, когда на Вас кричат, обвиняют, оскорбляют, очень важно не «заразиться» чужой агрессией, и не ответить криком на крик. Для этого надо сначала внутренне отстраниться от стрессовой ситуации, потом настроиться на конструктивное ее разрешение. Лучше всего взять себе «тайм-аут», что бы задать себе вопросы: что случилось? Почему человек так себя ведет? А самое главное – решить, что делать дальше:

- продолжать слушать;
- спросить, почему человек в таком состоянии;
- попросить сказать конкретно, чего он хочет;
- уйти, если чувствуешь, что раздражаешься.

ШАГ 3. Справиться с последствиями раздражения.

5. Мозговой штурм «Способы снятия стресса»

Давайте сейчас все вместе подумаем, каким путем мы сможем преодолеть плохое настроение, раздражение, обиду. Будем считать, что первые шаги мы уже сделали.

3. Помимо осознания собственной ответственности за агрессивное поведение Ваше и Вашего ребенка, необходимо освоить несколько приемов, которые придут к Вам на помощь в случае возникновения гнева. Данные приемы можно использовать на любом шаге.

6. Упражнение «Дыхательная гимнастика»

Ведущий предлагает выполнить дыхательные упражнения.

На счет 1-2-3-4-5 – делаем вдох.

На счет 1-2-3-4-5-6-7 – глубокий выдох

Повторить 3-5 раз.

На счет 1-2-3-4-5-6-7 – делаем вдох.

На счет 1-2-3-4-5-6-7-8-9 – глубокий выдох.

Повторить 3-5 раз.

На счет 1-2-3-4-5-6-7-8-9 – делаем вдох.

На счет 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11 – глубокий выдох.

Повторить 3-5 раз.

7. Упражнение «Безмолвный крик».

Вспомните человека, перед которым Вы бываете бессильным, который подавляет Вас, провоцирует, вызывая чувство вины, обиды, страха, бессилия. Вспомнили? А теперь закройте глаза, представьте этого человека, наберите побольше воздуха в легкие и безмолвно начинайте кричать ему, что хотите: фразу, слово, просто звук. Кричите так, чтобы этот человек понял, что пора оставить Вас в покое. Начинайте. Повторите с большей силой. Попробуйте, кто может это с открытыми глазами.

4. Если Ваш ребенок обижен, рассержен, дайте возможность ему отреагировать свою злость (потопать ногами, поплакать, дайте ненужную бумагу, что бы он ее порвал, подушку, чтобы он ее поколотил и т.д.). Попробуйте

понять причины его агрессии. При этом не отвергайте его, будьте открыты и готовы его принять.

Очень важно выработать правильный стиль поведения с агрессивным ребенком:

- запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы снять агрессивность;
- не допускайте при ребенке вспышек гнева или нелестные высказывания о других, строя планы «мести».

Ребенок должен видеть, что он важен и нужен для Вас, Вы любите, цените и понимаете его. Не стесняйтесь лишний раз приласкать и пожалеть его. Часто мы сами являемся первым звеном в цепи агрессивного поведения. Необходимо самим научиться быть неагрессивными.

8. Упражнение «Спокойный сон»

Ведущий предлагает разыграть такую ситуацию. Десять часов вечера. Ваши дети спят. Под Вашим окном расположилась компания подростков, они громко разговаривают. Вы знаете, что, если Вы не вмешаетесь, Ваши дети проснутся. Два – три человека играют роль подростков, остальные по очереди должны попросить подростков не шуметь, перейти в другое место. Далее следует обсуждение, как у кого выглядела просьба и чем она отличалась от истинной просьбы.

Психолог вместе с родителями разводит понятия «приказ», «требование», «просьба».

Приказ – не подразумевает обсуждения; человек не имеет выбора.

Требование – требовать можно те вещи, о которых была договоренность, письменная или устная.

Просьба – просящий понимает, что ему нужно то, чего ему никто не должен, поэтому может последовать отказ. Просьба предполагает и умение принять отказ. Когда мы просим, мы ничем не угрожаем. Получив отрицательный ответ не надо обижаться, злиться, спокойно стоять рядом.

9. Обсуждение.

10. Домашнее задание.

- Оставайтесь с Вашим ребенком наедине, попросите прощение за те обиды, вольные или невольные, которые Вы ему причинили. Если в Вашей семье это не заведено, впредь старайтесь просить прощение у ребенка, когда Вы оказались не правы и не заслуженно его наказали.

- В игре или какой-либо другой деятельности наблюдайте за вашим ребенком. Если увидите, что Ваш ребенок раздражен или обижен, научите его шаг за шагом избавляться от этого чувства; обучите его дыхательной технике.

- Научите Вашего ребенка отличать просьбу от приказа и требования.

11. Ритуал прощания.

Тема №15 «Наказание и поощрение».

Цель: раскрыть приемы конструктивной критики.

Задачи:

- 1) выявить деструктивные паттерны наказания и поощрения;
- 2) раскрыть последствия деструктивного наказания и поощрения;
- 3) предложить родителям алгоритм запрета и ограничения;
- 4) дать понятие о развернутой оценке, без оценочного восприятия;

1. Ритуал приветствия.

2. Рефлексия.

3. Диагностика.

Разбейтесь на пары. Представьте такую ситуацию: перед Вами сидит Ваш ребенок, он провинился – получил плохую отметку, разбил или сломал что-то ценное, испачкался и т.д. (выберете то, что Вам ближе). Вы считаете, что должны его отругать или даже наказать. Пожалуйста, сделайте это, пусть роль Ваш ребенка исполнит Ваш партнер. Поменяемся ролями. Теперь ситуация иная - Ваш ребенок Вас приятно удивил, Вы можете его похвалить или поощрить.

По окончании упражнения участники делятся своими переживаниями:

- Как трудно было принять критику?
- Что оказалось более сложным: похвалить или поругать?
- Какие самые распространенные наказания и поощрения?
- Чаще приходится наказывать или поощрять своего ребенка?

4. Теоретический блок.

- Сегодня мы поговорим о двух краеугольных камнях воспитания - о наказании и поощрении. Как правило, наказание родители используют чаще, его видов больше; хвалить и поощрять родители не умеют или не знают как, поощрения путают с подарками, а все это потому, что самих родителей так воспитывали в детстве. Та агрессия, «зажатость», обиды, что остались у нас с детства, влияют на нашу настоящую жизнь, препятствуют полноценным доверительным отношениям со своими родителями, мужем, детьми, особенно если речь идет о незаслуженных или очень жестких наказаниях. Обиды, нанесенные ребенку до определенного времени, могут подавляться, а в подростковом возрасте обнаружить себя: подросток уходит из дома, может попасть в плохую компанию. Дети и более младшего возраста реагируют психическими и психологическими расстройствами на некоторые наказания, у них могут быть заикания, тики, страхи, повышенная тревожность, неуверенность в себе, вспышки агрессии, желание нанести вред другим или себе и т.д. Самыми опасными считаются:

1). Эмоциональные наказания.

- родители не разговаривают с ребенком;
- насмеваются над ошибками и слабостями;
- заявляют о своем неприятии («Мама не любит такого грязного мальчика!» или «Ты мне больше не сын!»);
- своим поведением демонстрируют нелюбовь (сухо говорят с ребенком, отстраняют его от себя, не дают возможность установить с собой тактильный контакт);

- стимулируют возникновение чувства вины у ребенка («Не мочи ноги, а то опять заболеешь, и мне придется сидеть дома, а на меня и так на работе косо смотрят!»)

- угрожают ребенку («Если будешь так себя плохо вести, я тебя отдам Бабе-Яге, ..., в детский дом»). Ребенок учиться быть «удобным», в результате он теряет свое я, он приспособливается, становится повышено тревожным. Школьникам родители угрожают таким образом – «Будешь плохо учиться, отдам в спецшколу» вместо того, чтобы действительно выяснить причины неуспеваемости, иногда и довольно успешных детей ругают – «Получишь четыре (три) в четверти на Новый год не будет подарка». Дети понимают, что учиться надо только из-за оценок, важны только они, а не школьные знания.

- шантажируют ребенка («Если будешь себя так вести, я от тебя уйду навсегда, заболею и умру»). В том случае, если действительно с родителями что-то случается – они заболевают, умирают, разводятся – ребенок обвиняет себя во всех неприятностях, даже когда вырастает.

Родители видят, что такое наказание сразу действует на ребенка. Однако эта техника очень опасна. Детьми управляет страх – страх потерять любовь самых важных для него людей в мире – родителей. Ребенок настолько зависим от своих родителей, особенно от матери, для него потеря материнской любви означает крушение мира. Ребенок теряет доверие к миру и к людям, он пытается отказаться от любви, становится зависимым, ищет постоянного одобрения родителей, других взрослых, сверстников.

2). Утверждение силы.

- Физические наказания;
- Лишение удовольствий;
- Ограничение материальных благ, привычных для ребенка
- Словесное выражение угрозы («Ты у меня получишь!»)

Эта техника тоже дает результаты, причем быстро. Однако, изменить поведение ребенка заставляет страх наказания, а не осознание того, что так делать нельзя. Когда угрозы наказания не будет, что помешает ребенку по-

вторить данное действие? Все это ведет к задержке морального развития ребенка, дети так и не становятся ответственными. Кроме того, такое поведение родителя учит ребенка решать все конфликты с помощью проявления агрессии и применения силы, что вызовет множество проблем в общении со сверстниками и учителями.

Помимо неправильных наказаний, есть и неэффективные поощрения. Бывает и так, что родители часто хвалят ребенка за все, что он делает, независимо от того добился он прогресса в своем деле или нет, тем самым они препятствуют личностному росту ребенка. Необходимо поддерживать ребенка, даже если у него что-то не получается («Ничего страшного, у тебя в следующий раз получится!», «Попробуй еще!», «Давай попробуем вместе!»), но хвалить ребенка надо за достигнутый, пусть небольшой успех («Посмотри, как у тебя сегодня получилось!», «Ты - молодец!»).

А сейчас мы подробнее остановимся на техниках дисциплинирования: ограничении, запрете и разъяснении.

В раннем возрасте (от года до трех) дети только начинают познавать мир, им необходима активность, действия с предметами – все потрогать, порвать книжку, побить ложкой по кастрюле, разлить горшок, чтобы посмотреть, как льется водичка. За все это наказывать не надо, надо только сказать особым тоном «Нельзя!» (заметим, что дети в большей степени реагируют на интонацию, чем на содержание речи; если Вы веселым голосом, смеясь, произнесете: «Нельзя!», то, скорее всего, ребенок повторит запрещенное действие) и подсунуть вместо книжки газету, при купании дать ребенку пустые емкости, чтобы он мог переливать воду (таким образом, потребность выливать содержимое горшка или тарелки отпадет). В этом возрасте особенно необходимо родительское терпение и понимание – все, что ребенок делает руками, развивает его.

С трех лет целесообразно использовать разъяснение. Суть его состоит в том, что родители:

- Объясняют причины, почему такое поведение недопустимо;

- Рассказывают ребенку, как выглядят его поступки в глазах окружающих;

- Пытаются донести до ребенка выгоду соблюдения общепринятых норм и правил, их необходимость;

- Предупреждают о последствиях неправильных поступков;

- Вывают к гордости ребенка, его желанию быть взрослым.

Положительные стороны данной техники очевидны. У ребенка своевременно развивается совесть, как регулятор поведения, отношения между родителем и ребенком остаются хорошими.

Когда ребенок только собирается нарушить запрет, родитель может поступить следующим способом:

- 1) Сказать ребенку о том, что Вы знаете о его чувствах, желаниях. В противном случае, ребенок буде настаивать на них – «А я хочу!», справедливо полагая, что Вы просто не понимаете его намерений.

- 2) Сформулировать запрет в ясной, понятной ребенку форме: «Нельзя забираться на стол», но не «Ты не должен залезать на стол», иначе ребенок подумает, что запрет касается только его.

- 3) Предложить альтернативное действие, привлекательное для ребенка: «Нельзя делать то-то, но можно делать...или ...». В конфликтной ситуации альтернативное действие — это не просто переключение активности ребенка, а обучение ребенка новым способам общения: «Нельзя отнимать игрушки, можно играть по очереди, поменяться».

Таким образом, построим фразу: «Тебе неприятно, что взяли твои игрушки. Отнимать не надо, попроси девочку поиграть в ее игрушки».

В том случае, если ребенок уже нарушил запрет, касающийся намеренного повреждения ценных вещей, побоев сверстников и т.д. необходимо:

- 1) Немедленно прекратить данное действие (увести с игровой площадки, если обижает детей, поставить в угол, в случае истерики – прижать к себе и т.д.),

2) Обеспечить эмоциональное отреагирование. Ребенку необходимо потопать ногами, покричать, дайте ему мяч, чтобы бросать о пол, барабан и т.д., иначе агрессия уйдет внутрь.

Последующие шаги соответствуют логике предъявления ограничений, когда поведение ребенка еще находится в рамках социально приемлемого. Родители могут запретить ребенку выполнить опасное или агрессивное действие, а после разъяснить (например, предупредить о последствиях)

5. Психологическое упражнение.

Каждый родитель (или пара) на карточке получает пример конфликтной ситуации. Через несколько минут участники должны запретить, а затем разъяснить ребенку какое-либо действие. Примерные ситуации:

- Ребенок долго смотрит телевизор, не хочет выключать;
- Ребенок бьет детей на детской площадке;
- Ребенок разбил вазу для цветов;
- Ребенок взял у вас деньги из кошелька;
- Вы знаете, что Ваш ребенок Вас обманывает;
- Ваш маленький ребенок решил Вам помочь и в Ваше отсутствие, решил приготовить ужин;
- Ребенок лезет на окно (вы живете не на первом этаже);
- Ваш ребенок Вас ударил;
- Вы отругали старшего ребенка, он хочет обидеть младшего;
- У Вас серьезный разговор, ваш ребенок пытается всеми способами привлечь внимание, прервать разговор.

В том случае, если участник тренинга испытывает затруднения, члены группы помогают ему.

Необходимо отметить, что родители не должны сравнивать детей между собой: ни родных братьев и сестер, ни одноклассников, ни просто знакомых детей. Каждый ребенок развивается по своему уникальному пути. Если кто-то лучше знает математику, не значит, что как человек он будет лучше. Сравнивайте ребенка только с самим собой – каким он был раньше, говорите,

каким хорошим человеком он будет. Именно вы, родители, задаете ему программу дальнейших действий («Ты у меня точно преступником станешь!»), ребенку ничего не остается делать, как соответствовать ей – ему не предложили других вариантов.

Таким образом, дисциплинарные меры, которые родители должны использовать, это:

Запреты – ребенок должен знать, что так поступать нельзя. Будьте последовательны в своих запретах, особенно если речь идет о проявлении агрессии ребенком; попросите своих домочадцев придерживаться одной линии воспитания.

- Ограничения. Ребенку можно временно ограничить свободу передвижения (прекратить игру, поставить в угол, отвести в комнату, что бы он там подумал над своим поведением). Но ни в коем случае не закрывать в темном помещении, не оставлять одного, если у ребенка есть страхи.

- Разъяснения. Иногда бывает достаточно сказать ребенку, как выглядят его поступки в глазах окружающих, предупредить о последствиях.

Нельзя отбирать игрушки, особенно дорогие, говорить, что Дед Мороз не принесет подарков, не дарить ничего на День Рождения. Подарки на праздники дарят ребенку потому, что он есть, потому что Вы его любите, даже если он не совсем соответствует Вашему идеальному образу.

Правильно похвалить, поощрить ребенка также важно, как правильно ограничить. Родитель должен стараться не давать прямую оценку «Это ты сделал хорошо, а это - плохо», а призывать ребенка самому оценить свою работу. Конечно, вначале надо дать критерии оценки, ребенок должен знать, что Вы вкладываете в понятия «хорошо» и «плохо», по мере взросления ребенка эти критерии должны усложняться – что хорошо для трехлетнего ребенка, не так хорошо для четырехлетнего и совсем не хорошо для пятилетнего. Например, трехлетний малыш разукрашивает картинку не очень аккуратно, не соотносит изображение по цвету, но сам рисунок узнаваем, и Вы видите, что ребенок делает успехи –, Вы его хвалите. Ребенок постарше уже дол-

жен знать, что за такую картинку Вы его не похвалите. Таким образом, он сам начинает понимать, что сегодня он разукрасил картинку лучше, чем это сделал вчера – меньше заступов за контур, правильно подобраны цвета и т.д.

Ребенок обязательно должен получать поддержку в своих успехах, потому что все, что он делает, особенно это касается детей дошкольного возраста, он делает для Вас, чтобы понравиться Вам, родителям. Интерес к результатам творчества ребенка – к рисункам, придуманным сказкам, поделкам – повышает самооценку ребенка, уверенность в себе. Родители часто путают похвалу и проявление любви. Бывает так, что родители говорят, что любят, только когда ребенок успешен. И, обратная ситуация, родители хвалят своего ребенка просто так, не обращая внимания на его истинные достижения. Вы должны говорить, что любите ребенка, целовать, обнимать его, смотреть любящим взглядом, даже если он не справляется с задачей, но трезво оценивать его успехи.

4. Помимо похвалы, родители могут разработать свою систему поощрений. Например, за каждое хорошее дело (мытьё посуды, хорошая оценка, уборка квартиры и т.д.) можно давать звездочку, ставить плюсик и т.д. Итоги можно подсчитывать в конце недели или когда наберется определенное количество плюсов, и давать ребенку приз – необязательно материальный, может быть приглашение друзей, совместная прогулка с родителями. Однако, не стоит злоупотреблять данной системой, ребенок должен знать, что, убирая квартиру, он помогает уставшей на работе маме, или, что в чистой квартире приятно жить, или, что квартира как живая, когда она грязная – она страдает (выберете сами более подходящий Вам вариант).

6. Обсуждение.

7. Домашнее задание.

- В течение недели наблюдайте и фиксируйте в дневнике ваши реакции (повышение голоса, запреты, ограничения, побои, эмоциональный шантаж, угрозы, эмоциональное отвержение) на плохое поведение ребенка. В другой графе напишите, как, по Вашему мнению, надо было отреагировать. Помни-

те, что иногда ребенок ведет себя плохо, потому что не здоров, устал, соскучился по Вашему вниманию или обижен.

Дата	Ситуация	Моя реакция на плохое поведение сына (дочери)	Как я отреагирую в следующий раз

- Попробуйте по предложенной схеме ограничить поведение ребенка, нарушившего запрет (схема прилагается).

- Воспользуйтесь техникой разъяснения. Сравните результаты двух техник.

- Если Вы считаете для себя приемлемым, введите систему поощрений для своего ребенка.

8.Ритуал прощания.

Тема № 16 «Отношения между супругами и другими взрослыми в семье»

Цель: расширить представление родителей о влиянии семьи на становлении личности ребенка.

Задачи:

- 1) раскрыть причины механизма проекции, эмоционального отвержения;
- 2) раскрыть влияние супружеских отношений родителей на будущие парные отношения ребенка;
- 3) обозначить позитивные и негативные аспекты взаимодействия родителей и прародителей;
- 4) обучить приемам поддержания позитивной домашней атмосферы.

1. Ритуал приветствия.

2. Рефлексия.

3. Диагностика.

1) Ответьте на несколько вопросов:

Часто ли действия вашего супруга вызывают у Вас раздражение?

- Последнее время испытываете ли Вы излишнее раздражение по отношению к своим детям?

- Влияют ли Ваши семейные трудности на другие сферы жизни – работу, хобби?

- Испытываете ли Вы затруднение в общении со старшим поколением Вашей семьи?

- Считаете ли Вы, что ваш семейный уклад нуждается в изменении?

- Чтобы вы хотели изменить в Ваших отношениях с мужем?

- Что, по-вашему, представляет идеальная семья?

Обсуждение. В ходе обсуждения психолог делает вывод о характере и интенсивности проблем аудитории.

4. Теоретический блок.

1. Большинство людей женятся по любви, вероятно ожидая, что в их жизнь придет любовь, внимание, чувство принадлежности и необходимости кому-то, появятся дети, определенный статус. Каждый из нас имеет свой образ желаемого будущего, иногда совместимый, иногда нет с образом будущего нашего партнера по браку. Единственной возможностью прожить долгую и счастливую жизнь в браке является способность всегда находить компромисс между интересами мужа, жены, каждого из детей. Иначе не избежать конфликтов и разочарований.

Отчего возникают семейные трудности:

- родители расходятся во взглядах на воспитание;
- родители вносят неравный вклад в семейный бюджет;
- родители слишком заняты бытовыми проблемами;
- родители слишком заняты профессиональными делами;
- супруги слишком заняты развлечениями;
- между супругами неправильно распределена домашняя работа;

- кто-то из взрослых членов семьи пытается подчинить себе всех остальных;

- супруги недостаточно любят и уважают друг друга;

- супруги занимают отстраненную позицию в отношениях;

- кто-то из партнеров слишком переменчив в отношениях;

Когда в семье назрел серьезный конфликт – жена устала от непосильных нагрузок дома и на работе, муж дома никак не может расслабиться, супруги подозревают друг друга в измене и т.д., дети выступают в роли заложников. В силу своего возраста они не могут стать арбитрами, хоть некоторые родители пытаются повесить на них эту роль – «Ну скажи, кто прав?!». Кроме того, дети любят обоих родителей, им не хочется выбирать между мамой и папой.

Иногда родители начинают ощущать неприязнь к собственному ребенку, потому что видят в нем черты своего супруга, если это черты характера, мать или отец всеми силами пытаются исправить их. Отсюда, правило - никогда не надо говорить ребенку, что он унаследовал от отца (матери) все самые плохие качества и черты характера, что он станет таким же, как и его отец – пьяницей, никчемным человеком. Вы тем самым, даете установку ребенку на такое поведение. Даже если Вы состоите в повторном браке, Ваш второй муж – просто «золото», никогда не сравнивайте при ребенке отца и отчима.

Семья может распасться на несколько «лагерей» - женский и мужской (когда представители одного лагеря пренебрежительно относятся к другому), родители против детей (родители строго контролируют детей, препятствуют их самостоятельности), мать и дети против отца (отец-алкоголик, мало зарабатывает и т.д.). Частые ссоры родителей приводят к повышению внутреннего напряжения ребенка, которое выходит через плохое поведение детей, замкнутость, могут возникнуть заболевания нервной системы. Часто дети «уходят в болезнь», появляются хронические заболевания, требующие особого ухода по отношению к ребенку, тем самым дети, отвлекая внимание на се-

бя, неосознанно пытаются объединить родителей. Формой объединения выступает наркомания, уход из дома и т.д. Иногда это действует, и родители объединяют свои усилия, чтобы вытащить своего ребенка, а иногда – родители еще больше начинают обвинять друг друга во всех бедах.

Бывает так, что даже в самых благополучных семьях родители используют ребенка в своих целях, забывая, что ребенок может быть совсем другим. Желания родителей часто бывают связаны с тем, чего он не смогли добиться в жизни сами, например: «Я хочу, чтобы он стал переводчиком. Это интересная профессия» - ребенок посещает языковые школы, жертвуя, возможно своими интересами, чтобы не разочаровывать своих родителей.

Правило: не растворяйтесь полностью в жизни Вашего ребенка. Вы должны прожить счастливую жизнь со своими интересами, победами и достижениями.

2. Родительские отношения оказывают влияние не только на настоящую жизнь ребенка, но и на его будущие парные отношения. Ребенок осознанно или нет, копирует отношения родителей в своей семье. Если отец занимается рукоприкладством, есть большая вероятность, что точно таким же способом будет решать конфликты ребенок. Таким образом, нельзя допускать подобного выяснения отношений при детях, может, лучший выход – развестись. Мы не говорим, что дети не должны быть свидетелями конфликта. Во-первых, конфликтную ситуацию очень трудно скрыть, дети чувствуют внутрисемейное напряжение; во-вторых, дети должны научиться у родителей решать проблемы, а не избегать их. Задача родителей – показать способ решения проблем – а это значит, дать возможность высказаться каждому, понять причины, вместе найти путь. Когда в проблемную ситуацию вовлечен ребенок, особенно подросток – не забыть выслушать и его мнение.

5. Психологическое упражнение.

Давайте попробуем найти компромисс в следующих конфликтных ситуациях. Участники в микрогруппах обсуждают предложенные ситуации, через некоторое время предлагают оптимальное решение. Возможные проблемы:

- Молодая семья испытывает затруднения – кому хранить заработанные деньги, кто отвечает за покупки.
- Муж часто задерживается на работе. Жена подозревает что-то неладное.
- Жена чувствует, что теряет интерес к своему супругу. В семье есть ребенок.
- Муж и жена увлеченно занимаются профессиональным ростом. Их интересуют разные сферы. Они чувствуют, что теряют друг друга.
- В семье ребенок–инвалид. Родители чувствуют сильную усталость, раздражение. Помогите найти выход из создавшегося положения.
- Муж мало времени уделяет воспитанию ребенка.
- Родители мужа (жены) слишком сильно вмешиваются в семейную жизнь молодых супругов, в воспитание детей.

3. Сложности возникают в семьях с несколькими поколениями. Иногда родители не могут свободно транслировать свою волю, общаться со своими детьми, боясь вызвать критические замечания со стороны старшего поколения. Таким образом, теряется авторитет родителя, ребенок перестает его слушать. Исходя из этого, устанавливаем правило - дедушки и бабушки никогда не должны заменять собой родителей. Если Вы никак не можете освободиться от их влияния (не от любви), попробуйте выполнить такое упражнение.

6. Психологическое упражнение.

Сядьте в удобное положение. Закройте глаза. Сделайте глубокий вдох, расслабьте свое тело. Теперь представьте себя в любом месте – вашем доме на улице, в неизвестном пространстве, в тумане; Вы можете стоять, сидеть,

куда-то идти. Представьте своих родителей: где они находятся - рядом с Вами, немножко поодаль.... Почувствуйте связь между вами, какая она – может быть тонкая, как паутинка, это может быть трос, тяжелые цепи, или какая-то иная. Чувствуйте Вы себя легко или на Вас кто-то давит. Ощутите эту связь настолько ярко, как Вы можете... Если Вы чувствуете желание, разрубите эти тяжелые путы. Вы теперь сами управляете своей жизнью, ВЫ – хозяйка своих решений. Вы принимаете советы, но только Вы сами решаете, как Вам поступить.... Сделайте глубокий вдох.... Откройте глаза.

Обсуждение.

- Почувствовали ли Вы облегчение после выполнения упражнения или нет?

- Испытали ли Вы желание прервать тяготившую Вас связь?

Данное упражнение целесообразно проводить в случае ощущения давления со стороны близких лиц, родителей, супруга, друзей и т.д. Участник представляет себе фигуру по выбору.

А сейчас поговорим с Вами о том, как мы сможем нормализовать семейную обстановку. Конечно, усилия одного человека недостаточны, но мы, как зрелые люди, можем принять ответственность на себя и сделать первый шаг к счастью.

Если родители чувствуют постоянную усталость, у них плохое настроение, они раздражаются по пустякам, есть несколько рекомендаций для преодоления подобного состояния:

- Доверьте ненадолго кому-нибудь из близких своего ребенка. Найдите спокойное место, где вы могли бы прямо и откровенно поговорить друг с другом. Поделитесь тем, что чувствует каждый из Вас, расскажите о всех своих обидах и разочарованиях.

- Скажите как вы нужны друг другу, чего ждете от другого.

- На каждую неделю намечайте какое-нибудь интересное мероприятие для вас двоих – ужин на двоих, поездка, встреча с друзьями, поход в театр или кинотеатр.

- Когда появляется свободное время у всех членов Вашей семьи (не реже одного раза в неделю), проводите его в совместных играх (лото, игры с фишками, подвижные игры), на прогулке и т.д.

- Доверяйте мужу часть обязанностей по уходу и воспитанию ребенка. Пусть чувствует себя нужным. Иногда супруг не знает, что делать с ребенком, тогда называйте ему конкретные действия, предлагайте совместные с ребенком игры. Помните, что это не Ваша прихоть – это необходимое условие для полноценного развития ребенка. Если Вы доверили ребенка отцу, не упрекайте и не критикуйте его действия, особенно при ребенке.

- Не заставляйте своих близких считать, что Вы со всеми делами справитесь в одиночку – готовить еду, стирать, убирать, зарабатывать деньги, воспитывать ребенка. Поговорите с Вашим мужем о разделении обязанностей. Помните, что у каждой хозяйки должно быть свободное время, время для себя, для общения с ребенком, прогулки и т.д.

- Поговорите со своими родителями и родителями супруга. Они не должны разрешать детям то, что запрещаете вы.

7. Обсуждение.

8. Домашнее задание.

1) Попросите мужа ответить на несколько вопросов:

- Последнее время испытываете ли Вы излишнее раздражение по отношению к своим детям, супруге?

- Влияют ли Ваши семейные трудности на другие сферы жизни – работу, хобби?

- Испытываете ли Вы затруднение в общении со старшим поколением Вашей семьи?

- Считаете ли Вы, что ваш семейный уклад нуждается в изменении?

- Чтобы вы хотели изменить в Ваших отношениях с женой?

- Что, по-вашему, представляет идеальная семья?

2) Сравните ответы мужа со своими. Обсудите в семейном кругу свои проблемы и ожидания.

8. Ритуал прощания.

Тема №17 «Развод и другие потери»

Цель: обучить способам преодоления кризисных ситуаций.

Задачи:

- 1) раскрыть механизмы преодоления после разводного кризиса.
- 2) обозначить основные проблемы неполных семей.
- 3) раскрыть пути преодоления потери близких людей в результате смерти.
- 4) обучить приемам построения новой жизненной стратегии.

1. Ритуал приветствия.

2. Рефлексия.

3. Психологическое упражнение.

Сядьте поудобнее. Закройте глаза. Сделайте глубокий вдох... Вспомните тех близких, которых Вы потеряли в детстве, во взрослой жизни... Вспомните, какие чувства Вы испытали в тот момент... Может быть, Вы до сих пор не можете смириться с их потерей?... Возможно, Вы испытываете чувство горечи, утраты, или временами Вас охватывает злость за то, что они покинули Вас?... А, может быть, Вы чувствуете вину перед этими людьми или чувство благодарности?... Представьте свои чувства... А теперь мысленно простите этого человека, поблагодарите его за то, что он был в Вашей жизни, что он научил Вас чему-то. Подумайте, что он внес в Вашу жизнь..., сделайте глубокий вдох. Откройте глаза.

4. Теоретический блок.

1. Самым, пожалуй, тяжелым испытанием для родителей будет объяснить детям, почему родители расходятся. Для данного разговора надо выбрать подходящее время и место. Женщина, остающаяся с детьми без мужа, должна очень постараться, чтобы ее ребенок не подумал, что «все мужчины плохие». Мальчик, который это слышит, с трудом поверит, что быть мужчиной хорошо.

Что нельзя делать родителям:

- 1) Нельзя обвинять супруга при ребенке (для которого он не плохой муж, а папа).
- 2) Нельзя обвинять в происходящем других родственников («Вот результаты действий твоей любимой бабушки...»).
- 3) Нельзя обвинять самого ребенка в том, что случилось («Ты плохо себя вел, много болел, не помогал мне...»).

5. Психологическое упражнение.

Представьте, что прошло уже 3 года после того, как Вы развелись. Самый трудный период остался позади. Дети стали взрослее, самостоятельнее (сколько им будет через 3 года?). И вот к Вам сегодняшней приходит та, которой Вы станете через 3 года – это уже не Вы, а как бы Ваша близкая подруга. Конечно, Вам есть, что сказать друг другу, есть о чем спросить. Поговорите со своим будущим. Узнайте у своей подруги-двойника, как сложилась Ваша жизнь, какие основные победы и свершения, какие трудности и разочарования Вам довелось (предстоит) пережить. Спросите о детях – об их здоровье, успехах, интересах. Счастливы они? Смогли ли Вы создать им нормальную семью? Постарайтесь увидеть эту картину радостной. Может быть, спустя три года, Вы вновь будете замужней женщиной? У Вас будет близкий, дорогой человек. Наладите ли Вы отношения с бывшем мужем? Как Вам удалось? Спросите поподробнее, какие Ваши шаги были правильными в деле воспитания, а какие – ошибочными.

Подумайте, как предстоит рассказать детям о разводе. Спросите себя завтрашнюю, как нужно было говорить с ними о разводе? Какие аргументы они приняли лучше других, а какие показались им надуманными?

Наиболее распространенными реакциями на развод родителей со стороны подростков являются:

- отрицание, отказ верить в случившееся. Подросток утверждает, что у родителей нет серьезных проблем, не хочет слушать их объяснения, надеет-

ся, что они передумают и т.д. Многие дети живут надеждой на то, что их родители снова будут вместе

- страх, тревога и неуверенность в будущем. В силу эгоцентрического восприятия мира подростка, прежде всего, пугают перемены, которые могут произойти в его личной жизни: необходимость перемены места жительства, школы, круга общения, возможные перемены в материальном положении. Подростки могут стыдиться своих семейных проблем перед сверстниками;

- гнев и враждебность по отношению к тому из родителей, на которого возлагается вина за развод, или по отношению к обоим. Подросток может обвинять отца или мать в том, что они бросили семью, заявлять, что он их ненавидит, никогда не простит и т.п.;

- самообвинение. Некоторые подростки решают, что ответственность за расставание взрослых лежит на них, поскольку они должны были ему воспрепятствовать, или что отец (мать) уходит потому, что дети не оправдали их ожиданий. Мучительные переживания такого рода подросток может тщательно скрывать;

- ревность. Если отец или мать начинает встречаться с другим человеком и эмоционально привязывается к нему, то подросток чувствует себя брошенным, боится, что он больше не интересен родителю, а его место в родительском сердце будет занято посторонним человеком.

Вторым испытанием для женщины является преодоление собственных страхов, сомнений, мыслей о своей ненужности и несостоятельности. В данном случае необходимо развивать умение находить во всех событиях светлую сторону.

6. Психологическое упражнение

Поделите лист бумаги пополам. Напишите, что хорошего Вы надеетесь приобрести в результате развода для себя и своих детей и что ожидаете потерять.

Например:

--	+
1. У меня не будет мужа - отца ребенка	1. Я буду часто приглашать в гости знакомых, которых так любят мои дети
2. Некому будет помогать по дому	2. Не будет ссор из-за того, что дети имеют мало обязанностей
3. Буду меньше времени бывать дома	3. Буду чаще видаться с друзьями
4. Придется самой заботиться о деньгах	4. Уйду с малооплачиваемой работы
5. Кому я нужна? Мне уже давно за...	5. Пущусь в романтические приключения
6. Все ляжет на мои плечи	6. Буду воспитывать дочь так, как надо
7. Придется что-то придумать с летним отдыхом	7. Наконец-то проведу лето с дочерью не у свекрови
8. Дом опустеет	8. Наконец-то дочка будет иметь свой собственный угол

Внимательно посмотрите на правую половину листа. Быть может, Вы хотите и еще что-то добавить? Перегните лист пополам вдоль, так чтобы левая сторона была Вам не видна. То, что справа — это аргументы к разводу, которые Вы должны воспроизвести Вашим детям. Именно на этих основаниях Вы будете строить дальнейшую жизнь.

2. Немного поговорим о неполных семьях. Неполная семья — это семья, имеющая одного родителя, чаще мать. Неполная семья возникает в случае развода или смерти второго родителя. Таким образом, она отличается от полной семьи специфическими чертами:

- в разведенных семьях ребенок в большинстве случаев наблюдал конфликтные, дисгармоничные отношения между родителями. Однако, и в полной, но эмоционально неблагополучной семье ребенок сталкивается с серьезными психологическими проблемами. Поэтому родители, утратившие привязанность друг к другу и живущие вместе лишь «ради детей», зачастую приносят напрасную жертву.

- в овдовевших семьях воспоминания о совместной жизни родителей чаще сопровождаются положительными эмоциями. Некоторые родители не разрешают своему ребенку вспоминать о плохом, так, со временем, образ отца или матери «обожествляется», становится недостижимым, что приводит к большим трудностям в выражении чувств, в общении ребенка и самой матери (препятствует установлению теплых эмоциональных отношений с лицами противоположного пола).

Важно отметить, что ребенку, так же, как и взрослому, необходимо почувствовать смерть отца (и другого близкого человека) – присутствовать на похоронах, попрощаться с ним, посещать кладбище, плакать, сколько хочется, оставить в своем сердце реальный образ умершего человека. Только в этом случае у ребенка не будет мысли, что отец его бросил, отрицательные чувства и эмоции не останутся глубоко в сердце и не будут отравлять всю его жизнь. Смерть – это не случайное явление, это человеческая данность, и мы должны учиться мириться с ней.

- в материнских семьях ребенок фактически не наблюдает реального процесса семейного общения и функционирования. Мальчики не видят примера мужского поведения в семье, таким образом искажается их представление о ролевых функциях мужчины, мужа, отца. Одинокая мать пытается совмещать материнскую функцию любви, терпимости и теплоты с отцовской, основанной на мужской строгости, требовательности и авторитарности. В результате в редких случаях ей это удается. У девочек, так же возникает искаженный образ женщины, жены, матери. Дети из неполных семей испытывают затруднения в общении и построении прочных доверительных отношений с лицами противоположного пола.

Задачей матери является разграничение роли отца и мужа – «В качестве мужа данный человек мне не подходит, но, возможно, он хороший отец!». Если отец испытывает желание общаться со своим ребенком, то необходимо ему предоставить такую возможность. Если отец не хочет уделять ребенку

внимание, мать может помочь установить теплые отношения со взрослыми мужчинами, которых она знает и уважает.

- В некоторых неполных семьях изменяется отношение к ребенку со стороны родителя. Ребенок или становится кумиром семьи, освобождается от всех скучных, рутинных обязанностей, родитель принимает решения за ребенка, защищает его даже от незначительных или воображаемых трудностей вместо того, чтобы помочь преодолеть их, что приводит к зависимости ребенка и мешает формированию у него ответственности; или дети становятся помехой достижению личных эгоистических целей, мешают матери устроить личную жизнь.

Некоторые дети остаются при родителе всю взрослую жизнь, так и не создав собственную семью. Важно, чтобы мать помнила, что ребенок не ее собственность; воспитывала в нем самостоятельность и ответственность.

Вместе с тем ряд исследований показал, что важен не сам по себе факт наличия неполной семьи, а характер складывающихся в семье отношений. Для этого женщина должна «отпустить» мужа и начать жить дальше.

7. Психологическое упражнение

Сядьте удобно. Закройте глаза. Мысленно посадите Вашего бывшего мужа перед собой. Представьте его позу, одежду, выражение лица. Скажите ему, что Вы прощаете ему все обиды, вольные и невольные, которые он причинил Вам в течение семейной жизни. Вы можете вспомнить и перечислить основные наиболее запавшие в душу переживания, огорчения. Это может звучать приблизительно так: “Я прощаю тебе ту боль, которую я испытала, когда узнала о твоей измене (о твоей лжи).” Перечислив все обиды, закончите общей фразой-утверждением: “Я прощаю тебе все обиды”.

Теперь Вы наполовину свободны от прошлого. Чтобы освободиться полностью, необходимо сделать еще один шаг. Мысленно скажите Вашему мужу, что Вы просите у него прощения за те огорчения, вольные или невольные, которые Вы причинили ему в прошлом.

Вспомните основные эпизоды, в которых Вы были несправедливы по отношению к мужу. Завершите перечисление приблизительно такой фразой: “Я прошу у тебя прощения за все обиды”.

Затем можно представить, как все Ваши обиды исчезают, сгорают в пламени костра, топки, свечи, кратера вулкана и т. п. - выберите то, что Вам более близко. Мысленно представьте, как все прежние печали, травмы сгорают дотла, и остается один пепел, который разносится ветром. От обид прошлого нет и следа. Закончите упражнение фразой: “Теперь я свободный человек. Отныне каждый из нас пойдет своей дорогой”. Можете представить, как муж уходит с Вашей внутренней сцены.

Чтобы упражнение было наиболее эффективно, его надо выполнять как можно более эмоционально, вкладывая в него много чувства. В ходе выполнения Вы можете отдаться своему внутреннему голосу, своим переживаниям. Не бойтесь, если Вы неожиданно обнаружите, что слишком бурно реагируете на происходящее, дайте волю своим чувствам. Главное - завершить упражнение позитивными чувствами. Упражнение можно проделать несколько раз, пока Вам не удастся выполнить его целиком. Не беда, если сначала оно не будет получаться. Для результата не важно, что Вы будете делать в первую очередь: просить прощения или прощать.

3. Задайте себе такие вопросы:

- Понимаю ли я, что мой муж, ребенок, мать, отец, лучший друг в любую минуту могут умереть?

- Если при медицинском осмотре у меня обнаружат рак, что я буду делать?

Когда человек сталкивается с тяжелой утратой, первой его реакцией бывает шок, затем горе и чувство утраты. Самый большой вред мы себе принесем, если будем сдерживать свою боль, пытаться поскорей забыть. Говорите

об умершем с каждым, кто согласен слушать; плачьте, кричите тогда, когда вам хочется.

Если у Вас случилась серьезная утрата, необходимо несколько шагов, чтобы смириться с нею и жить дальше:

1й ШАГ. Освободится. Полезно подумать о том, если бы не Ваш близкий человек умер, а умерли бы Вы – хотели бы Вы, чтобы он страдал? Наверное, нет. Значит и Вам нужно освободиться от чувства вины и жить дальше.

8. Упражнение «Прощальное письмо»

Для письма возьмите хорошую бумагу, как будто Вы пишете высокопоставленному человеку. Обращения в письме должны быть такие: если письмо умершему, приветствуйте его так, как делали при жизни. Если речь идет о закончившемся браке, обращайтесь к сути утраты («Моя разбитая мечта...»).

Написав обращение, первым делом признайте, что это прощальное письмо. Затем говорите человеку или событию все, что хотели сказать, но не сказали.

Поблагодарите за отдельные события, приятные ощущения, подробности, которые Вы будете помнить. Если Вы пишете умершему, позвольте ему быть мертвым. Расскажите о своих надеждах – как Вам видится жизнь после утраты. Подпишитесь так, как хотите.

Подождите 24 часа и затем прочтите письмо себе вслух. В течение нескольких дней читайте письмо каждый день по несколько раз. Когда Вы сможете прочесть его без остановки, пусть даже со слезами, если хотите, прочтите его вслух другу.

2й ШАГ. Переориентироваться. Разрешить себе изменить свою жизнь.

3й ШАГ. Установить новые связи.

9. Психологическое упражнение

Сядьте удобно. Закройте глаза и мысленно представьте себе склон горы. Вы стоите наверху склона, перед Вами след от лыжни, ве-

душей вниз. Достаточно легкого толчка или усилия, и вот Вы уже стремительно летите вниз прямо по лыжной колее. Точно так же мы повторяем привычный способ поведения, как только оказываемся в соответствующей ситуации. Спускаясь со склона в своем воображении, ощутите, как легко Вам это дается, безо всякого усилия.

А теперь представьте, что Вы, подобно асу, спускаетесь со склона, как в слаломе, перечеркивая трассу. Этот спуск символизирует, что Вы больше не хотите повторять привычный способ поведения.

А теперь Вы можете вообразить, как Вы прокладываете новый путь. Он означает, что Вы пошли иной дорогой и в жизни.

9. Обсуждение и рефлексия пройденных занятий.

10. Ритуал прощания.

Тема № 18. «Собираемся в дорогу»

Цель: подведение итогов тренинга, создание настроения на реализацию и принятие активной жизненной позиции, наполнение «душевной копилки» дарами тепла, принятия и одобрения.

Содержание занятия

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Сбор чемодана» настраивает группу на расставание, позволяет обмениваться впечатлениями друг о друге, наполнить «душевную копилку» дарами тепла, принятия и одобрения, получить напутствие группы.

3. Упражнение «Мудрец из храма» — создает временную перспективу, позволяет услышать и найти «мудреца» в себе, чтобы чувствовать поддержку в трудных жизненных ситуациях.

4. Заполнение анкет позволяет участникам проанализировать результаты работы в группе, а ведущему — получить обратную связь об основных моментах тренинга, узнать мнение относительно своего стиля ведения группы.

5. Ритуал прощания подведение итогов тренинга, выводы о том, как он повлияет на дальнейшую жизнь, обсуждение планов на будущее, обмен чувствами.

6. Упражнение «Подарок» настраивает группу на расставание, создает атмосферу теплоты и таинства происходящего, придает уверенность в себе

7. Упражнение «Аплодисменты» завершает тренинг на состоянии эмоционального подъема.

Список литературы

1. Богачева О., Дубягин Ю. «Школа выживания, или 56 способов защитить ребенка от преступления». - Москва, 1998.
2. Дейтс Б. «Жизнь после потери». - Москва: ФАИР-ПРЕСС, 1999.
3. Карабанова О.А. «Игра в коррекции психического развития ребенка». - Москва: РПА, 1997.
4. Кретьова И.Ю., Савина Е.А. «Неуспевающий младший школьник: причины, типология, диагностика». – Орел: ОГУ, 1997.
5. Нартова-Бочавер С.К., Несмеянова М.И., Маларова Н.В., Мухортова Е.А. «Дети в карусели развода. Психология благополучного развода в семье с детьми». - Москва, 1996.
6. Обухова Л. Ф. «Детская (возрастная) психология». - Москва: РПА, 1996.
7. Овчарова Р. В. Психологическое сопровождение родительства. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. - 319 с.
8. Овчарова Р.В. Родительство как психологический феномен: учебн.пособие – М.: 2006
9. Пикхарт Карл. Е. «Советы родителям. Руководство одиноким родителям». - Москва: РОСМЭН, 1998.
10. Рудестам К. «Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика». - Москва: Прогресс, 1990.
11. Сатир В. «Как строить себя и свою семью». - Москва: Педагогика-Пресс, 1992.
12. Шибаева Л.В. «Программы психологической реабилитации школьников». - Москва: РПА, 1996.